

M. med.

347

5

MENTONE

UND

DIE RIVIERA.

In klimatologisch-medicinischer Darstellung

von

D^R W. GENZMER,

Arzt in Mentone.

MAINZ,

VICTOR V. ZABERN.

1865.

Mat. med.

347³

Genzmer



<36606952020019

<36606952020019

Bayer. Staatsbibliothek

MENTONE

DIE RIVIERA.

MENTONE

UND

DIE RIVIERA.

MAINZ.

VICTOR V. ZABER.

1854

MENTONE

UND

DIE RIVIERA.

^cMENTONE
UND
DIE RIVIERA.

In klimatologisch-medicinischer Darstellung

von

D.^R W. GENZMER,

Arzt in Mentone.

Die Uebersetzung ist vorbehalten.

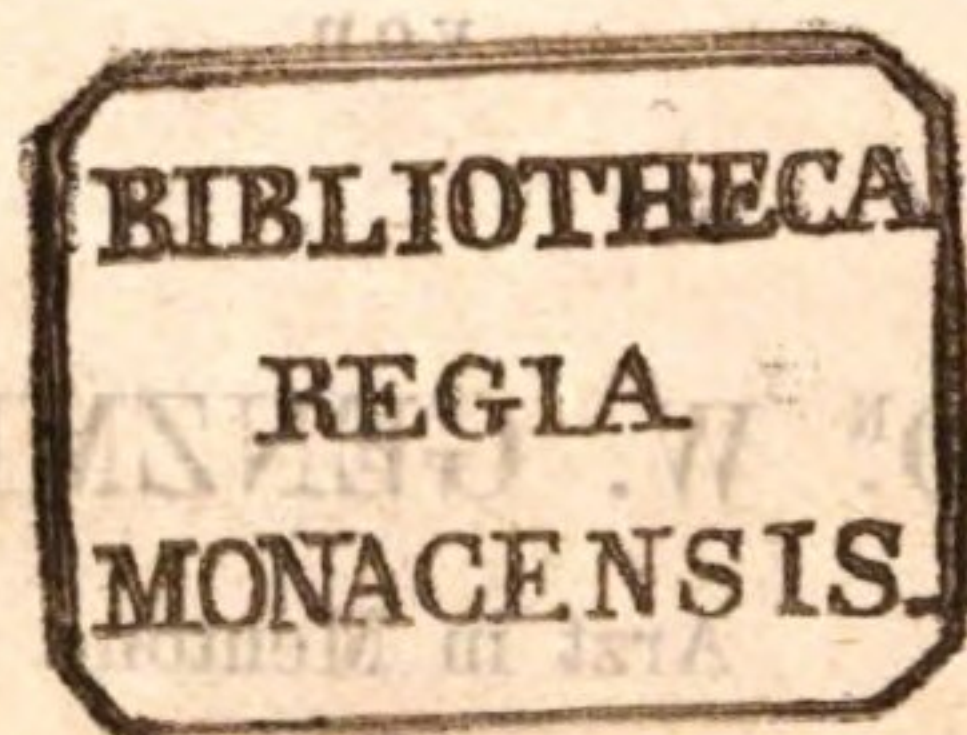
MAINZ,

VICTOR V. ZABERN.

1865.

MENTONE
UND
DIE RIVIERA.

In klimatologisch-medizinischer Darstellung



Die Uebersetzung ist vorbehalten.

MAINTENANCE
VICTOR V. ZABERN.

1865.

Vorrede.

Noch befinden sich die klimatologischen Wissenschaften in ihren Anfangsstadien, noch fehlen uns sowohl exacte Untersuchungen über die klimatischen Agentien selbst, als über die Eigenthümlichkeiten der einzelnen Kurorte und deren Einwirkung auf den Organismus. Die richtige Auswahl eines, dem individuellen Krankheitszustande entsprechenden Winteraufenthalts bietet zuweilen nicht unerhebliche Schwierigkeiten. Zur Vermeidung folgenschwerer Irrthümer in dieser Beziehung mögen die nachfolgenden, an Ort und Stelle gemachten Beobachtungen und Erfahrungen beitragen helfen. Sie sind das Resultat einer sechsjährigen ärztlichen Thätigkeit im Süden, wovon vier Jahre der Riviera gewidmet waren.

Die gegenwärtigen Mittheilungen zur Kenntniss der als Luftkurorte in neuerer Zeit immer mehr benutzten Heilstationen des Südens glaube ich um so eher der nachsichtigen Beurtheilung der Fachgenossen übergeben zu dürfen,

als über einen der besten Winteraufenthalte für Brustkranke, über M e n t o n e , bis jetzt in der deutschen medicinischen Literatur noch keine monographische Arbeit existirt.

Mögen auch Solche, die durch eigenes Interesse oder durch leidende Angehörige veranlasst sind, Auskunft zu suchen, in diesen Blättern einige Belehrung finden; denjenigen, welche längere Zeit in diesem bevorzugten, vielleicht auch für sie gesegneten Himmelsstrich verbrachten, mögen sie eine freundliche Erinnerung sein.

Creuznach, im August 1865.

Der Verfasser.

I n h a l t.

	Seite
Schilderung und Klimatologie der Riviera	1
Topographie von Mentone	17
Die Umgebungen Mentone's	22
Temperatur-Verhältnisse	24
Barometrische Verhältnisse	29
Winde	33
Feuchtigkeits-Verhältnisse	36
Herrschende Krankheiten	37
Charakteristik des Klimas von Mentone	41
Therapeutische Indicationen	43
Vergleichende Zusammenstellung der südlichen Winter- aufenthalte	52
Hygienische Rathschläge	67

Berichtigungen.

- Seite 36, Zeile 2, statt hergebrachte lies hervorgebrachte.
„ 36, „ 12, „ Säturationsgrad lies Saturationsgrad.
„ 40, „ 1, „ pleuresitische lies pleuritische.
„ 45, „ 15, „ mässigem lies massigem.

Schilderung und Klimatologie der Riviera.

O wohl mir, dass in ferne Regionen
Ich flüchten darf; an einem fernen Strande
Darf athmen unter gütigeren Zonen!

Platen.

Jene sonnigen Gestade des Mittelmeeres, deren träumerische Buchten und hellleuchtende Vorgebirge, umspült von der blauen Fluth, sich dem entzückten Beschauer in der Ferne wie ein Wunderland darstellen, — jener malerische Küstenstreif, der am mittägigen Abhange der Seealpen mit einer immergrünen, hochsüdlichen Vegetation geschmückt, sich von Genua bis Cannes in steigender Schönheit hinzieht, heisst die *Riviera di Ponente*.

Von den südlichen Knotenpunkten der schweizerischen Hochalpen, dem Mont Cenis, dem St. Bernhard und dem Simplon kommen die Seealpen als mächtige Ausläufer herab und umgürten die ligurischen Küstenländer mit einer fast durchgehends noch 7000' hohen Gebirgskette. Auch östlich von Genua, an dem Theil der Küste, den man die *Riviera di Levante* nennt, schicken sie nicht minder beträchtliche Gebirgszüge hinab, die dort in die Apeninnen

übergehen und als solche die italienische Halbinsel ihrer ganzen Länge nach durchziehen.

Durch diese ungeheure, fast überall rasch und steil abfallende Gebirgskette ist an der Riviera, besonders von Finale bis Mentone, wo die Seealpen ganz nah an das Meer herantreten und den zu ihren Füßen gelagerten Bezirk vollständig umschliessen, eine mächtige Schutzwehr gegen alle, aus den nördlichen Regionen herüberwehenden, kalten Luftströmungen geschaffen.

Dadurch kommen dort alle die Vortheile, welche ein mildes Strandklima an und für sich schon gewährt, zur vollsten und ungestörtesten Geltung. Redendes Zeugniß dafür gibt die wunderbar reiche Entfaltung einer hochsüdlichen Vegetation, wie sie, ausser Neapel, auf dem ganzen italienischen Festlande in solchem Grade nicht wieder vorkommt.

Besonders sind es die zahlreichen, auch seitlich von mächtigen, steilen, in der Sonne sich leicht erhitzenden Felsmassen umschlossenen Buchten und Golfe, in denen, wie in grossen natürlichen Treibhäusern, durch die rückstrahlende Wärme begünstigt, das thierische und pflanzliche Leben in nie unterbrochener Entwicklung fortgedeiht. Kein Winter unterbricht hier das rege Leben aller Arten von Insekten. Die zierlichen goldgrünen Lacerten treiben, beständig durch die Sonne hervorgelockt, ihr lustiges Spiel auf Wegen und Mauern. Die Schwalbe vergisst, in ihre afrikanischen Winterquartiere jenseits des Meeres zu ziehen. Blumen, Pflanzen und Sträucher, die im Norden nur mühsam durch Pflege in Gärten fortkommen, blühen und gedeihen hier den ganzen Winter im Freien. Bäume, deren

eigentliche Heimath das südliche Sicilien, Mexico und Südamerika sind, finden hier ihre natürlichen Standorte und entwickeln sich zu derselben Fülle, wie in dem Klima ihres Vaterlandes. Der ganze Landstrich erscheint dadurch wie ein blühender, immergrüner, mit einer fast tropischen Vegetation geschmückter Garten. Die schattige Sykamore, der feinblättrige Pfefferbaum, die Ceder des Libanon, die indische Tamarinde, der Mastix- und Johannes-Brodbaum, die Stachelbirne, die Euphorbia gedeihen hier überall in üppigem Wachsthum, blühen und tragen Früchte wie in ihrer Heimath. Herrliche Mangolien und Daturen mit ihren weitduftenden, weissen Glockenblüthen, Oleander, Lorbeer- und Myrthensträucher, beständig blühende Rosenhecken sind die Zierde der hiesigen Winter.

Olivenwaldungen bedecken den grössten Theil der Hügel und Berge bis zu einer Höhe von mehr als 1000 Fuss; nur die Gipfel sind von Pinien gekrönt. Der Olivenbaum entwickelt sich in diesem gleichmässig warmen, nie von Nachtfrösten gestörten Klima zu einer Grösse und Fülle, wie man sie nur an wenig Punkten Italiens wiederfindet, und erreicht ein unglaublich hohes Alter und oft einen enormen Umfang. Er spaltet sich in 5 bis 6 Stämme, an denen zuweilen nur die Rinde übrig geblieben ist und dann wie aufgeschnittene Polypen von Holz aussehen. Auch die über dem Boden hervorragenden Wurzeln nehmen die grotesksten Gestalten an und auch aus ihnen schiessen immer wieder neue Triebe und Bäume auf. Durch solch einen uralten Olivenwald gaukelt es besonders im Dämmerlicht wie ein magischer Sommernachtstraum dahin, und die Bäume scheinen zu leben wie in den Metamorphosen des

Ovid! Selten wird seine wahre Schönheit von dem ankommenden Fremden gleich so genügend gewürdigt, wie sie es verdient; die feine Melancholie dieses zarten Graugrüns erinnert ihn nur an die monotone Färbung der Weidenbäume seiner Heimath. Aber einmal erkannt, hat sie etwas ungemein Anziehendes; denn die Zweige sind so zierlich, die Formen so weich, die Schatten so leicht, das Laub so seltsam blitzend in der tiefen Bläue der Luft!

Ganze Wälder von Lemonen- und Orangenbäumen, mit goldgelben Früchten in grünglänzendem Laub, ziehen sich an den sonnigen Hügeln und Terrassen, auf denen der Winter seine Herrschaft vollständig eingebüsst hat, hinauf und blühen, vier Ernten gebend, ohne auszuruhen das ganze Jahr hindurch! Die Felswände sind von riesigen Kaktusarten überwuchert. Auf Wegen und Mauern strecken gigantische Aloën mit ihren, oft 30 Fuss hohen Blüthenschäften uns ihre drohenden Stachelblätter entgegen. Schlanke Palmen wiegen ihre fächerartigen Zweige träumerisch im Winde, mahnend an das Morgenland und biblische Geschichten. Reseda und Heliotropen, Verbenen und Geranien stehen fast den ganzen Winter hindurch in Blüthe. Schon im Januar und December trifft man in den Bergschluchten und auf den Terrassen ganze Felder von rothen und blauen Anemonen, von Tulpen, Hyacinthen und Narzissen. Teppiche von Sternblumen und Veilchen breiten sich unter dem schattigen Laub der Olivenwälder aus, die Luft weithin mit süssen Blüthendüften erfüllend. Ueber diese reiche Pflanzenwelt breitet sich ein Himmel aus, dessen lachendes Blau, dessen beständige Heiterkeit den an eine dunstige, schwere Atmosphäre, an graue Beleuchtung gewöhnten

Nordländer entzückt und mit enthusiastischer Bewunderung erfüllt.

Der geographische Breitegrad, unter dem die Riviera liegt, kann es nicht sein, der diese Milde des Klimas und mit ihr diese Ueppigkeit der Vegetation schafft. Denn südlicher gelegene Orte, wie Marseille, Toulon und selbst das mittlere Italien, erfreuen sich dieser Vorzüge in solchem Grade nicht. Sie haben im Gegentheil viel kältere und veränderlichere Winter und sind allen Wechselfällen derselben, selbst Schnee und Eis nicht selten ausgesetzt, weil ihnen die schützende Barriere der Hochalpen gegen Norden fehlt. Es müssen demnach lokale Ursachen vorhanden sein, welche diese ausserordentlichen Erscheinungen an der Riviera hervorbringen. In der That können die topographischen Verhältnisse, wie sie geschützte Lage und geeignete Configuration des Terrains gewähren, nicht günstiger gedacht werden, als sie in Wirklichkeit sich hier, am ausgesprochensten in Mentone, vorfinden. Denn die dem Süden allein geöffnete Lage gestattet allen warmen, ausgleichenden Strömungen ungehindert den Eingang, während die hohen Gebirgszüge die schädlichen Einflüsse des Nordens abhalten; und je höher die von ihnen gebildete Schutzmauer ist, je näher und vollständiger sie den zu ihren Füßen gelagerten Bezirk umschliesst, um so gleichmässiger und wärmer gestaltet sich dessen Klima. Hin und wieder wird die Bergkette durch tiefe Einschnitte und breite Stromthäler durchbrochen; meistens aber bildet sie einen landeinwärts sich 20 Stunden weit erstreckenden Hintergrund, der in einer Höhe von 3 bis 4000 Fuss gegen Norden schützend aufgerichtet ist. Der Raum zwi-

schen der Küste und diesem Bergland ist oft sehr schmal; an vielen Punkten schieben sich 500 bis 1500 Fuss hohe Hügel noch dazwischen. — Von Genua bis hinter Mentone nimmt diese bei Finale nahe an das Meer herantretende Bergkette beständig an Tiefe und Höhe zu. Sie bildet überall schöne, leichtgeschwungene Gebirgslinien; oft thürmen sich die Felsmassen machtvoll übereinander und gestalten sich, durch atmosphärische Einflüsse und Meeresfluthen zerrissen, zu bizarren Formen; ihre verwitterten Schichtenköpfe liegen dann weit zerstreut umher, und die Ablagerungen sind durch vulkanische Erhebungen zuweilen fast senkrecht aufgerichtet. Sie bestehen dem Anschein nach aus hellgrauem, gelblichem, durch Beimischung von Eisenoxyd an einzelnen Stellen röthlichem, oft in den wunderbarsten Farbeneffekten erglühendem Kalkstein; den Versteinerungen nach sollte man sie zu den unteren Gliedern der Kreideformation rechnen. Fast nirgends tragen sie Spuren von Vegetation. An sie lehnen sich bewaldete Hügelreihen, welche in sanft gerundeten Formen allmählig zur Küste hinabsteigen. An einigen Stellen jedoch fallen die Vorgebirge und die schroffen Wände der Felsmassen unmittelbar in das Meer ab. Umspült von einer schäumenden Brandung, gestatten sie dort nirgends das Landen und geben nicht einmal für die Strasse Raum. Diese, die berühmte Corniche-Route, windet sich gleich einem Bande an ihren Abhängen mit den kühnsten, oft in den Felsen eingesprengten Serpentinien, als ein wahres Wunderwerk dahin. Bald erhebt sie sich über Abgründe zu schwindelnder Höhe, bald steigt sie wieder so in die Tiefe hinab, dass der milchweisse Schaum der Meereswellen sie plätschernd nässt.

Aber selbst da, wo die Hügel zu steil sich absenken, oder vorweltliche Zerstörungen den Anbau nicht zu gestatten scheinen, hat der menschliche Fleiss fruchttragende Terrassen geschaffen, indem er überall an den sonnigen Hügelseiten zierliche Einschnitte anbrachte und sie, um dem Absturz der Erdmassen zu wehren, untermauerte. Hier wächst, fast überall auf einer nur dünnen Decke vegetabilischer Erde, bis hoch hinauf die Feige, die Mandel und der Pfirsich. Hinab in den wasserdurchrauschten Felschluchten, sowie am weissumsäumten Ufer, wo einzelne Cypressen wie einsame Wächter stehen, ist Alles mit Lemonen- und Orangenpflanzungen dicht bedeckt. Höher hinauf ziehen sich die Olivenwaldungen; ihr zartes Graugrün lässt die runden Hügelformen nur um so weicher erscheinen; nur hie und da unterbrechen einzelne gelbröthliche Feldstücke, oder weisse, durch das Frühlingsgrün schimmernde Landhäuschen die feine Melancholie ihrer Färbung. Pinien krönen die obersten Hügelkuppen, hinter ihnen erheben sich die kahlen Gehänge und wildgezackten Gipfel der Kalkgebirge, und, über diese noch hinweg, schauen verwundert die schneeigen Häupter der Alpenriesen hinüber.

Geschlossen aber wird die ganze, grosse Scenerie durch die erhabene Schönheit des Meeres, dessen tiefes Blau überall im Hintergrunde durchblickt. Der Beschauer steht entzückt vor der Grossartigkeit und Pracht dieses herrlichen Gemäldes. Alles glänzt in Licht und Farbe; goldene Atome durchfluthen die warme Luft, und über das reichgestaltige Bild ist eine so tief gesättigte Harmonie der Töne ausgegossen, dass das Ganze wie zu einem grossen Accord in klingender Feier zu verschweben scheint!

Eine solche immergrüne, hochsüdliche Vegetation kann nur das Resultat einer, durch Bodenreflexe verstärkten, mächtigen Sonnenhelle sein, die das Erdreich beständig erwärmt und dessen Temperatur sich selbst in der Nacht selten unter 6° R. abkühlt. Nachtfröste kommen hier fast nie vor. Der Winter besteht nur in einzelnen kühlen Regentagen. Kein Frost, kein Schnee, kein Nebel trübt die helle, oft Wochen und Monate lang ununterbrochen von einer glänzenden Sonne erwärmte Atmosphäre. Kein Wunder also, dass in einem solchen Winter alle Frühlingsblumen, besonders in den von allen Seiten sich erheizenden Bergthälern und Terrassen ungestört fortblühen und dass Pflanzen und Bäume des Südens hier in üppiger Fülle gedeihen.

Regenverhältnisse.

Im Sommer fällt an der Riviera fast gar kein Regen. Vom April bis October herrscht eine nur durch starke Nachtthaue gemilderte, fast absolute Trockenheit. Dann beginnen die starken Herbstregen. Je mehr man sich den Alpen nähert, desto geringer ist der Einfluss der Sahara, und desto grösser wird die Zahl der Regentage und die Menge der Niederschläge, weil die kalten Schneeberge die Bedingungen zu plötzlichen Abkühlungen des vom afrikanischen Festlande herüberwehenden warmen Luftstroms bieten. Besonders ist dies bei Genua der Fall, wo an den schneeigen Gipfeln der sehr nahe an die Küste tretenden Alpen und Apeninnen sich der Wassergehalt der mit warmen Meeresdämpfen erfüllten Luft condensirt. Dieses

geschieht, wie an allen Orten des Mittelmeeres, welche die Alpen hinter sich haben, am häufigsten im October und November, der Epoche der starken Aequinoctialregen. In dieser Zeit hält der Regen, mit kurzen Unterbrechungen, mehrere Tage, ja selbst wochenlang an und fällt mit fast tropischer Stärke, in kürzester Zeit die sonst leeren Kieselbetten der Waldbäche mit Wassermassen anfüllend, die oft Wege und Brücken überschwemmen und das blaue Meer an ihren Mündungen schmutziggelb färben. Oft schon nach wenigen Stunden aber sind unter der Kraft dieser heissen Sonne und der porösen Beschaffenheit des kalkigen Bodens alle Spuren so heftiger Ergüsse verschwunden und der Himmel erglänzt wochenlang wieder in ungetrübter Klarheit.

Die Zahl der Regentage beträgt an der Riviera auf das ganze Jahr 50 bis 75. Davon fallen 15 bis 20 auf den Herbst, ebenso viele auf den Frühling, 20 bis 25 auf den Winter und 4 bis 5 auf den Sommer. In Rom kommen von 114 Regentagen auf das Jahr 34 auf den Winter, 32 auf den Herbst, 31 auf den Frühling, 15 auf den Sommer. Palermo hat bei 106 Regentagen 41 auf den Winter, 29 auf den Frühling, 26 auf den Herbst und 10 auf den Sommer, und dazu kommen sogar noch einige Schneetage. Die Riviera wird in dieser Beziehung nur von Caïro, das jährlich nicht mehr als 12 Niederschläge hat, wovon 3—4 wirkliche Regentage auf den Winter kommen, übertroffen. Je mehr man sich der trockenen Provence nach Westen zu nähert, desto seltener werden die Regen. So hat Nizza nur 50 Regentage, während das östlichere Genua 133 auf das Jahr zählt. Die Regenmenge

steht damit im Verhältniss. So hat Genua, unmittelbar am Fuss der Seealpen gelegen, mit seinen 133 Regentagen auch die grösste Regenmenge: 1398 m. m.; Pisa mit 122 Regentagen 1205 m. m., Rom mit 114 Regentagen 776 m. m., Palermo mit 106 Regentagen 589 m. m.

Die regenlose Zeit im Sommer dauert nicht selten 7 bis 8 Monate ohne Unterbrechung, und obgleich die Hitze nicht übermässig ist (25° R.) und durch die Seewinde beständig erfrischt wird, so ermattet sie doch auf die Dauer durch die Länge dieser Trockenheit. Gewitter sind an der Riviera nicht häufig, etwa 10 auf das ganze Jahr, wovon die grössere Hälfte in den Sommer fällt.

Barometer-Verhältnisse.

Eudiometrische Messungen haben überall dieselbe Zusammensetzung der Luft nachgewiesen; die Proportionen des Sauerstoffs zum Stickstoff bleiben unter allen Verhältnissen dieselben (21 : 79). Nur die Elevation über dem Meeresspiegel zeigt eine Verschiedenheit in der Dichtigkeit der Atmosphäre und des daraus resultirenden Luftdrucks; derselbe beträgt am Meeresufer durchschnittlich fast überall 758 m. m.

Die Stationsorte der Riviera, die fast alle im Meeresniveau liegen, zeigen daher auch keine erheblichen Verschiedenheiten der Luftdruckverhältnisse. Die Schwankungen des Barometerstandes sind sehr gering und übersteigen selten mehr als $1\frac{1}{2}$ — $1\frac{1}{3}$ im Monatsmittel. Die bedeutendsten Maxima fallen in den Januar, die bedeu-

tendsten Minima in den Februar und März. Das Maximum ist 772, das Minimum 740.

Diese geringen Oscillationen erklären sich dadurch, dass besonders im Sommer, bei der gesteigerten Verdunstung des Meeres, sich der Wasserdampf an dem Gesamtdruck der Atmosphäre betheiligt, und durch diese Compensation, selbst bei zunehmender Wärme, ein tieferes Sinken des Barometers verhindert wird.

Winde.

Im ganzen Bereich des Mittelmeeres, also auch in der Riviera, herrschen im Winter die südlichen Windrichtungen vor; im Sommer ist es im Gegentheil der nördliche Strom, der die Oberhand gewinnt. Denn die Luftmassen, die über dem afrikanischen Continent und dem Mittelmeer schweben, sind ungleich erwärmte und müssen daher nothwendig nach Ausgleichung streben. Da das Land sich aber im Winter rascher abkühlt als das Meer, so tritt in Folge dessen die kältere Luftschicht des Landes in die wärmere des Meeres in der Richtung von Süden nach Norden ein, d. h. es entsteht Südwind, der sich als solcher denn auch an der Riviera bemerkbar macht.

Im Sommer gestaltet sich dieser Kreislauf gerade umgekehrt. Die Windströmungen gehen in dieser Zeit von Norden nach Süden. Denn die über dem afrikanischen Continent lagernden Luftschichten sind wärmer als die über dem im Winter abgekühlten Meere schwebenden. Diese nehmen, als die schwereren, bei der nothwendig erfolgenden

Ausgleichung die Richtung nach Süden, indem sie nordwärts in das erwärmtere Land eindringen. Es herrschen deshalb im Sommer auch an der Riviera die Nordwinde vor.

Derselbe Vorgang findet täglich in Form der Land- und Seebrise, als regelmässige Ebbe und Fluth des Luftmeeres, an der ganzen Mittelmeerküste statt. Er bedingt hauptsächlich die grosse Reinheit und Frische der Atmosphäre, sowie die Ausgleichung der Tages- und Jahrestemperaturen. Denn das trockene, steinige, Tags über durch die aufprallenden Sonnenstrahlen erhitzte Terrain nimmt als guter Wärmeleiter rasch eine viel höhere Temperatur an, als das von der Nacht her noch abgekühlte Meer. In Folge dessen verdrängen die über dem Meere schwebenden, kälteren und schwereren Luftschichten die aufsteigenden wärmeren des Landes. Der durch diese Ausgleichung hervorgebrachte, landeinwärts gehende Luftzug wird die Seebrise genannt, welche von 12 bis 3 Uhr ungefähr im Winter dauert, im Sommer dagegen schon um 8 Uhr beginnt. Sie mildert die Hitze des Sommers, gleicht die Kälte des Winters aus und trägt dadurch viel zur Gleichmässigkeit und Salubrität des Klimas bei.

Abends ist obiger Vorgang ein umgekehrter. Der ausgleichende Luftzug kommt dann aus den, sich nach Sonnenuntergang rasch abkühlenden Bergen, während das erwärmte Meer, als schlechter Wärmeleiter, die Tagestemperatur noch lange beibehält. Seine aufsteigenden Luftschichten weichen den tieferen, kälteren, seeeinwärts streichenden des Landes; es entsteht Landbrise, die, ohne jemals kalt zu sein, besonders im Sommer eine angenehme Ventilation hervorbringt. Ueberhaupt sind die Abende an

der Riviera weniger kühl und weniger gefährlich für Leidende, als die frühen Morgenstunden.

Zwischen diesen beiden täglichen Luftströmungen herrscht regelmässig eine Zeit der Windstille und vollständigen Ruhe. Sie dauert im Winter von 8 bis 12 Uhr Vormittags, im Sommer von 2 bis 5 Uhr Nachmittags.

Die stärksten Winde an der Riviera sind die Ostwinde, weil sie, weit herkommend, über grosse Continente gegangen sind; die mässigeren sind der Süd-, Südost- und Südwestwind. Sie wehen den grösseren Theil des Herbstes und Winters. Der Südost- und Ostwind ist im Winter meist von hohem Stande des Barometers begleitet. Selbstverständlich erleiden diese allgemeinen, an der ganzen Riviera geltenden Gesetze durch lokale Verhältnisse oft sehr wesentliche Modificationen, wie ja die Configuration des Ufers schon für die Richtung der täglichen Land- und Seebrise Abweichungen hervorbringt. Für die stärkeren Luftströmungen thun dies besonders die brechenden Widerstände hoher und naher Gebirgskämme, vorspringender Berge und Felsmassen, sowie die, die Vertheidigungslinie durchbrechenden, mehr oder minder tiefen Einschnitte, welche die grossen Wildbäche und Flüsse in die Bergkette machen.

In der ersten Hälfte des Winters herrscht an der Riviera der Nordost und Nordwest vor, seltener der reine Nord, der meist nur des Nachts weht. In der zweiten Hälfte des Winters wehen vorwiegend die Südwinde. Sie sind in der Regel nicht stark, zuweilen von leichten Regen begleitet, und bringen dem Lande immer sehr wohlthuende, feuchtwarme Strömungen zu. Selbst der im übr-

gen Italien so unerträgliche Sirocco (Südostwind) verliert an der Riviera seinen erschlaffend heissen Charakter, weil er sich zum Theil an den Apeninnen, zum Theil an den schneebedeckten Bergen Corsika's abgekühlt hat.

Feuchtigkeits-Verhältnisse.

Die ganze Riviera, besonders der westliche Theil derselben, liegt an der Grenze der regenlosen Landstriche und verdankt daher ihren Feuchtigkeitsgehalt der beständigen Evaporation des grossen Beckens des Mittelmeeres.

Einen viel geringeren Antheil liefert die Bodenfeuchtigkeit, da diese von der Menge und Häufigkeit der Regenniederschläge (welche, wie bereits erwähnt, sehr unbedeutend sind) und von den Wassermassen abhängt, die aus den Gebirgen in den grösseren Wildbächen, Quellen und Rieselwassern herabkommen.

Ueber den Feuchtigkeitsgehalt der einzelnen Stationsorte der Riviera fehlen vorläufig genügend exacte und vergleichende Beobachtungen. Im Allgemeinen kann man sagen, dass alle östlich von Nizza gelegenen Orte einen grösseren Feuchtigkeitsgehalt haben, als dieses selbst. Nizza repräsentirt durch eine auffallende Dunstarmuth das trockenste Klima der Riviera. Bei seiner nach Nordwesten gerade am wenigsten gedeckten Lage ist es dem austrocknenden Einflusse der aus der Provence herüberwehenden Mistralwinde ausgesetzt. Nicht minder wichtig ist die kalkige Beschaffenheit des, durch seine abschüssige Lage nirgends Wasseransammlungen gestattenden Terrains, das sich durch starke Bodenreflexe

sehr leicht erhitzt und auch den so übel berüchtigten, oft unerträglichen Staub Nizza's erzeugt. Ein dritter Umstand ist die dort beständig unterhaltene Ventilation, welche hauptsächlich durch die tiefen Einschnitte in die nordwärts gelegene Alpenkette erzeugt wird und sich längs den meist von Nord nach Süd verlaufenden Flussbetten hinzieht, in deren Nähe sich auch beständig eine, mehrere Grad niedrigere Temperatur und eine, besonders für Leidende oft sehr fühlbare Zugluft bemerkbar macht. Die aus dem Meere aufsteigenden Feuchtigkeiten werden dadurch beständig rasch fortgeführt und in dem ganzen Bezirk somit eine grössere Trockenheit erzeugt. Die Folge davon ist zwar eine ausserordentliche Reinheit der Luft, aber Licht und Wärme wird dadurch auch leichter durchgelassen und somit eine grössere Veränderlichkeit erzeugt, als sie eine mit Wasserdämpfen reicher gesättigte Atmosphäre besitzt. Bei der starken Insolation, besonders in der Mittagsstunde, entführt der aufsteigende Luftstrom ebenfalls viel Feuchtigkeit. Abends, unmittelbar nach Sonnenuntergang, macht sich ein grösserer Feuchtigkeitsgehalt bemerkbar. Die durch die Sonnenwärme in der Luft unsichtbar vertheilten Wasserdämpfe fallen dann, weil sie bei eintretender Abkühlung die Dampfform nicht mehr behaupten können, als Bläschen und Tröpfchen, in Gestalt eines starken, alle Gegenstände sichtbar und fühlbar nässenden Thaues nieder.

Trotz dieses beständigen Aufsteigens von Wasserdämpfen erscheint der Himmel der Riviera den grössten Theil des Jahres über mehr als in irgend einem anderen Theil Italiens von einer wunderbaren Klarheit. Welch ein Unter-

schied zwischen der beständig mit wässrigen Dünsten erfüllten weissgrauen, oft bleifarbenen Luft des Nordens und der lachenden Heiterkeit dieses, fast stets im klarsten Azurblau erglänzenden Himmels der Riviera! Diese Reinheit und Sonnenhelle, die besonders das Klima von Nizza berühmt gemacht hat, ist so gross, dass alle Gegenstände, besonders hohe Berge, schärfer contourirt und daher näher und kleiner erscheinen, als sie in Wirklichkeit sind. Auch Nachts zeigt der viel dunklere Himmel eine bedeutend grössere Menge hellleuchtender Sterne als im Norden.

Nebel gehören zu den allerseltensten Erscheinungen; es sind vielmehr Morgens und Abends aus dem Meer aufsteigende Dünste.

Ganz bewölkte Tage ohne Regen kommen nur sehr wenige, nicht mehr als 20 bis 25, im ganzen Jahre vor; dagegen glänzt eine stets wohlthätig erwärmende Sonne bei vollkommen wolkenlosem Himmel 210 bis 220 Tage. Leicht bewölkte Tage zählt man 40 bis 50 auf das Jahr. Selbst im Winter sind vollkommen bewölkte Tage etwas Seltenes. Tage mit halb oder ganz bedecktem Himmel, ohne dass es regnet, kommen im ganzen Jahre nur 30 bis 35 vor; sie fallen meistens in die Herbst- und Winterzeit. Vom Januar nimmt die Wolkenmenge mit der steigenden Wärme stetig bis zum Sommer ab. Tage, die bei uns noch für schön gelten würden, wo der Himmel bis zu einem Drittel mit Wolken bedeckt ist, kann man 75 bis 100 auf das Jahr rechnen. Dagegen zählt man vollkommen heitere Tage, wo kein Wölkchen in der sonnigen Bläue des glänzenden Himmels schwebt, jährlich 200 bis 220.

Topographie von Mentone.

In einer der schönsten Buchten, die das mittelländische Meer an der ligurischen Küste bildet, liegt, rings von hohen, malerischen Gebirgen umschlossen, versteckt in reichen Lemonen- und Olivenwäldern, das liebliche Mentone.

Vor Kurzem noch ein unbekanntes Städtchen von etwa 5000 Einwohnern, die wenig für den Comfort der dorthin gesendeten Kranken zu thun vermochten, bietet es jetzt in zahlreichen, grossen Hôtels, Pensionen, eleganten Villen und Landhäusern dem jährlich wachsenden Besuche der Fremden alle Bequemlichkeiten der benachbarten grösseren Kurorte. Ihnen voraus hat es den Vorzug grösserer Ruhe und Einfachheit des Lebens. Alle jene, für Gesundheitsuchende nur verderblichen Zerstreuungen mit ihren das Gemüth aufregenden Interessen sind hier glücklicherweise noch nicht zu finden. Diners, Bälle, Soireen mit ihren heissen, überfüllten Sälen, der beim Herausgehen unvermeidlichen Erkältung, der Beraubung des Schlafs und sonstigen traurigen Folgen stören hier nicht den Zweck des Winteraufenthalts. Der Leidende lebt hier allein seiner Gesundheit und findet in erheiterndem Umgang, leichter Ge-

selligkeit und dem nie ermüdenden Genuss einer grossartigen, mit allen Reizen des Südens geschmückten Natur vollen Ersatz für jene zweifelhaften, ja gefährlichen Zerstreuungen der Gesellschaft.

Die Bucht, an der Mentone liegt, bildet einen halbmondförmigen, ringsum von hohen Gebirgen umfassten Ausschnitt der Küste. Sie hat etwa 3000 Fuss im Durchmesser und wird in ihrer Mitte durch einen sanft abfallenden Hügelvorsprung, auf dem die alte Stadt erbaut ist, in zwei kleinere Halbzirkel getheilt.

Vom Ufer erhebt sich das ziemlich eng umgrenzte mentonische Gebiet in rascher, amphitheatralischer Steigung, als reichbebautes Hügelland, zu den es hinterwärts umschliessenden Bergreihen. Diese werden wiederum von noch höheren, weit landeinwärts sich erstreckenden Gebirgskämmen umschlossen.

Das kleine, wie ein Garten prangende Amphitheater hat nur eine geringe Tiefe. Oestlich kaum 6 bis 800 Fuss, breitet es sich westlich in ein geräumiges, von Wildbächen durchzogenes Gebirgsthal aus. Die Gebirge, welche dieses halbmondförmige Gebiet umgürten, kommen westlich von dem Col di Tenda aus dem Mittelpunkte der Seealpen, die dort eine Höhe von fast 9000 Fuss haben, und steigen in gerader Linie bis zum Dorfe Castillon herab. Dort theilt sich der Hauptstamm beim Mont Brauss in zwei, sich halbzirkelförmig bis an das Meer hinabziehende Arme, die selbst noch in der Nähe der Küste die Höhe von 4000 Fuss behaupten.

Der östliche Arm mit den mächtigen Gipfeln des Mont Brauss, Grammont und Rasel endigt am Cap Murtola und

in den steilen Felsmassen des Berceau am Pont St. Louis, östlich von Mentone.

Der westliche Ausläufer mit den ebenfalls über 3000 Fuss hohen Kämmen des Cima d'Ours und Aiguille, zieht sich zum Cap Aglio hinter Monaco hin, wo die kolossalen, überhängenden Massen des Tête du chien unmittelbar aus dem Meere sich noch zu einer Höhe von 1600 Fuss erheben.

Während auf der östlichen Seite die kahlen Felsmauern des Berceau das zu ihnen steil aufsteigende Amphitheater unmittelbar umschliessen, sind auf der östlichen Seite reichbewaldete Hügelreihen dazwischen gelagert, hinter denen sich erst die wildzerrissenen, vegetationslosen Kalkgebirge erheben.

Die alte, auf der Höhe des erwähnten Hügelvorsprungs gelegene Stadt ist nach Art aller italienischen Städte gebaut, mit enggewundenen, dunkeln, hochaufsteigenden Strassen, kleinen, mangelhaft construirten Häusern und bietet den Fremden keine passenden Wohnungen. Sich abwärts ziehend, geht sie allmähig in die neuere Stadt über, die fast nur aus einer langen Hauptstrasse mit einer Reihe ansehnlicher, am Meere sich hinziehender Häuser besteht. Hier liegen, ausser einigen weniger gesuchten Wohnungen, die Hôtels, Cafés, Restaurationen, Buchhandlungen, Lesezirkel und sonstige Magazine, unter letzteren ein mit allen Gegenständen des Comforts ausgestatteter Bazar.

Die östliche Bucht, nach der italienischen Grenze zu gelegen, enthält die elegantesten, für die Fremden geschaffenen Etablissements. In prachtvoller, durch den Stadthügel gegen Westen und Nordwesten vollkommen geschütz-

ter Lage kommt man zuerst in das *Quartier du Pian* und *Ste. Anne*. Hier befindet sich zunächst das besonders von Deutschen gesuchte Hôtel de la Grande Bretagne, das Hôtel de la Paix und die fast nur von Engländern besuchte Pension anglaise.

Etwas mehr vom Meere zurückgelegen folgt das *Quartier Garavan*. Es ist etwas weniger abschüssig und daher mehr zu bequemen Spaziergängen geeignet. Es bildet etwa den Mittelpunkt der östlichen Bucht und in ihm liegt das Hôtel Paradis und Hôtel des Iles Britanniques.

Den Schluss bildet das *Quartier des Cuses*, das wärmste von allen, weil es sich, ohne dass bewaldete Hügel dazwischen liegen, an die steilen Felsmassen des Berceau lehnt. Das durch die Sonnenstrahlen erhitzte Gestein theilt dadurch dem ganzen Bezirk seine Wärme ungehindert mit, so dass das thierische und pflanzliche Leben hier, wie in einem grossen Treibhause, das ganze Jahr in ununterbrochener Entwicklung fortgedeiht. Am Ende dieses Quartiers, da wo die Strasse sich an der malerischen Schlucht des Pont St. Louis zur italienischen Grenze hinaufwindet, liegen, in Gärten versteckt, noch einige reizende Villen. Hier auf diesen sonnigen Terrassen herrscht ein ewiger Frühling; üppige Lemonenpflanzungen ziehen sich bis zu den Felsmassen des rothgelben Berceau hinauf und man fühlt sich lebhaft an das herrliche Piano von Sorrent erinnert. Auch die Aussicht ist hier die prachtvollste; sie kann, besonders wenn bei hellem Wetter in der Frühsonne die schneebedeckten Gebirge Corsika's am Meereshorizont röthlich schimmernd auftauchen, mit der des Golfs von Neapel verglichen werden. Hinterwärts

erhebt sich ein grossartiges Gebirgspanorama. Am Ufer zieht sich, wie eine Perlenschnur, Mentone mit seinen Villen und Gärten hin; das kleine, meerumgürtete Monaco in seiner modernen Ueppigkeit liegt vor uns; über ihm thürmen sich die malerischen Felsmassen des Tête du chien auf; in der Ferne erglänzt das Vorgebirge von Villafranca; in violetter Schimmer verschwimmt Antibes, und da, wo Meer und Horizont in purpurnumsäumter Ferne zusammenfliessen, erheben sich, wie ein luftiges Riesenschloss, die bläulichen Zacken des Esterellgebirges!

Jenseits der Stadt ist die westliche Bucht gelegen. Sie wird vom Cap Martin, das sich mit seinen herrlichen Oliven- und Pinienwäldern weit ins Meer vorschiebt, begrenzt. Die grosse Hauptstrasse, die allmählig in die Route Impériale übergeht, zieht sich am Meeresufer hin und enthält eine Anzahl eleganter Villen mit Gärten, Hôtels und Pensionen. Hier liegen Hôtel Victoria, de Turin, de Londres, Pension du Midi, Camous, Strafford und Würtemberg.

Bequeme und schöne Spaziergänge führen in ein allmählig aufsteigendes Hügelland, in liebliche, von Waldbächen durchrauschte und von hohen Felswänden eingeschlossene Alpenthäler, zu sonnigen Terrassen, zu benachbarten Weilern und malerischen Gebirgsdörfern.

Das Terrain wird von drei Torrents durchschnitten, die mit kurzem, gewundenem Laufe ihren Ursprung aus den nächsten Bergen nehmen. Ihre meist trocknen Flussbetten gewähren, da sie keine tieferen Einschnitte in die hintere Gebirgskette machen, dem Hereinbrechen kalter Luftströmungen keinen Einlass. Von allen Seiten brechen

Quellen und Waldbäche hervor, kleinere Rieselwässer befeuchten, wie man schon an der Strasse bei Roccabruna bemerkt, überall den thonhaltigen Boden. Die Vegetation ist deshalb überall üppiger und grüner; die Orangen- und Olivenwälder, von höherem und stärkerem Wuchse, gehen viel weiter in die Berge hinauf, als an anderen Orten; besonders die Hügel von Ciappe, St. Michel, Vignasses, Pigantiers, sowie das Terrain von Carnoles zeichnen sich durch eine herrliche, immergrüne Vegetation aus.

Die Umgebungen Mentone's.

Selbst die nächsten Umgebungen Mentone's sind reich an unterhaltenden Spaziergängen und Ausflügen. Sie bieten den grossen Vortheil, dass sie, in der Nähe des Krankenbezirks gelegen, meist sehr leicht und bequem zu erreichen sind. Ueberall finden sich stille, sonnige Plätzchen auf den Terrassen und Abhängen, in den Gärten und Thälern, die selbst Leidenden beständig warme, windgeschützte Aufenthalte gewähren. So ist die östliche Seite der Bucht bis hinauf zum Pont St. Louis, wenn nicht gerade starker Südostwind weht, immer sonnendurchwärmt und ruhig. Jenseits der Brücke und über die Höhe hinaus, wo die Aussicht nach allen Seiten sehr schön ist, wird es jedoch zugig. Dagegen befinden sich ganz in der Nähe hinter den Hôtels und Pensionen überall bequeme Promenaden mit sehr geringer Steigung. So das kleine, von rieselnden Bächen durchzogene, im üppigsten Schmuck der Lemonen prangende Thal von St. Jacques, durch welches man über sonnige Abhänge und Aquäducte auf die grosse

Strasse am Pont St. Louis gelangt. Das Thal von Mentone auf der westlichen Seite hat ebenfalls eine Auswahl der herrlichsten, überall von reichbepflanzten Hügeln eingeschlossenen Spaziergänge. Das Thal von Corei ist ebenfalls sehr schön. Der Weg nach dem Cap Martin, das die westliche Bucht begrenzt und sich als Halbinsel mit seinen Oliven- und Pinienwaldungen weit ins Meer hinaus erstreckt, ist zwar schon ein etwas weiter, aber sehr angenehmer Ausflug.

Zu Wagen gelangt man in drei Stunden nach Bordighera, in reizender Lage zwischen Wiesen und Palmenwäldern; auf der westlichen Seite in einer Stunde nach dem auf einer 800 Fuss hohen Berglehne höchst malerisch gelegenen Flecken Roccabruna und von hier auf der prachtvollen, sich immer am Meere hinziehenden Strasse nach der kleinen Residenz von Monaco, dessen neu eingerichtete elegante Spieletablissemments für Viele noch einen besonderen Reiz zu der Schönheit der Gegend hinzugefügt haben.

Von Roccabruna kann man auch zu Esel über ein wildes Hochplateau in das Gebirgsthäl von Gorbio gelangen, das in herrlichster Lage die prachtvollsten Aussichtspunkte bietet; von Mentone ist es $2\frac{1}{2}$ Stunden entfernt. Ste. Agnèse, ein malerisch, 2500 Fuss hoch gelegenes Bergdorf (3 Stunden), Castellare ($1\frac{1}{2}$ Stunde) liegen auf der grossen Strasse nach Sospello und sind ebenfalls zu Esel zu besuchen. Ueberall bieten sie die schönsten Aussichten auf das Gebirge und das Meer. Die grosse Strasse steigt allmählig immer höher, um sich bei einer malerisch gelegenen Kapelle vorüber nach Sospello, und von da nach den ewigen Schneemassen des Col di Tenda hinaufzuwinden.

Ueberall ist sie von üppigen Oliven- und Lemonenpflanzungen bedeckt; den Hintergrund schliessen die wildgezackten Gehänge der näheren und fernerer Gebirgszüge ab.

Temperatur-Verhältnisse.

Es sind besonders die Temperaturverhältnisse eines Ortes, welche ein vorwiegendes Interesse einzunehmen pflegen. Dem Laien gelten in der Regel hohe Wärmegrade als das Bestimmende für die Salubrität eines klimatischen Kurorts. Man weiss aber, dass nicht sowohl die Höhe, als vielmehr die Gleichmässigkeit der Temperatur einem Klima, besonders für Brustleidende, seinen Werth verleiht. Die Erfahrung hat sogar gelehrt, dass hohe Wärmegrade Tuberculösen geradezu nachtheilig sind. Sie wirken erschlaffend auf die ganze Constitution und führen Digestionsstörungen, selbst Darmtuberculose, die übelste Complication dieses Leidens, herbei. In dieser letzten Beziehung entspricht auch z. B. Caïro nicht den an ein Klima für Brustleidende zu stellenden Anforderungen. Die Hitze wird dort, besonders gegen Mittag, durch den Reflex der Bodenwärme so excessiv gesteigert, dass die Kranken das Zimmer hüten müssen und oft in einen hohen Grad von Ermattung verfallen.

Noch übler sind freilich die Wirkungen zu kalter, von der Körperwärme zu sehr differirender Temperaturen für Brustleidende. Das Blut wird dadurch von der Peripherie des Körpers nach den inneren, schon gereizten Organen zurückgetrieben. Durch das Einathmen kalter Luft werden mit jedem Athemzug die Lumina der Lungencapillaren

abwechselnd verengert und erweitert und dadurch in beständiger Reizung erhalten. Eine gleichmässige, der Körperwärme mehr adäquate Temperatur ist das, was Lungenkranken, besonders schwächlichen, am wohlthuendsten ist. Die geringere Abgabe von Wärme an die Aussenwelt, der weniger intensiv vor sich gehende Oxydationsprozess, die in Folge dessen verlangsamte Respiration und Circulation, die erhöhte Thätigkeit an der Peripherie, die dadurch herbeigeführte Entlastung der inneren Organe, die geringeren Schwankungen im Lumen der Lungengefässe und der so zu erreichende Zustand relativer Ruhe für die gereizten Gewebe sind die hauptsächlichsten Vorthelle, die eine gleichmässig warme Luft besonders Brustkranken bietet.

Das Klima von Mentone, ein mässig warmes Strandklima, ist durch seine geschützte Lage und den ausgleichenden Einfluss des Meeres vor allen heftigen Temperatursprüngen bewahrt und zeichnet sich durch die Gleichmässigkeit seiner Wärmevertheilung vor den benachbarten Kurorten aus.

An der Wärmeerzeugung hat in Mentone der Reflex des Bodens und der durch die Sonnenstrahlen erhitzten Felsmassen einen sehr wesentlichen Antheil. Selbst in kalten Tagen findet man in der Nähe des Berceau, der seiner Umgebung die empfangene Wärme mittheilt, immer noch behagliche Aufenthaltsorte für Schwerleidende.

Die Temperaturverhältnisse stellen sich dem Jahresmittel nach höher als in Rom und selbst als in Neapel. Die Sommerhitze ist in Mentone geringer, die Winter dagegen sind wärmer.

Das Jahresmittel ergibt in aufsteigender Linie folgende Reihe:

Venedig	$10\frac{1}{2}^{\circ}$	Réaumur.
Pisa	$11\frac{1}{2}^{\circ}$	—
Nizza	$12\frac{2}{5}^{\circ}$	—
Rom	$12\frac{1}{2}^{\circ}$	—
Mentone	13°	—
Neapel	$13\frac{1}{2}^{\circ}$	—

Solche Jahresmittel haben aber mehr für den Meteorologen, als für den Arzt Bedeutung und führen leicht zu Täuschungen, die dem Kranken verderblich werden können. Denn da die hohen Sommertemperaturen immer mit hinein gerechnet werden, so wird die Mittelzahl für das Jahr immer eine zu hoch gegriffene sein. Den Arzt und den Kranken interessiren zunächst die Temperatur der einzelnen Monate, die er im Süden als Winteraufenthalt verbringt. Es interessiren ihn hauptsächlich die Differenzen der einzelnen Tageszeiten (des sogenannten medizinischen Tags), die man im Freien verbringt. Die Nachttemperatur ist schon weniger bedeutungsvoll für den Kranken, weil er sich in dieser Zeit im Bette befindet. Sie fällt im Winter selten unter $3\frac{1}{2}^{\circ}$ R. und hält sich durchschnittlich auf 6 bis 7° .

Die durchschnittliche Tagestemperatur ist im Winter im Schatten zwischen 8 bis $11\frac{1}{2}^{\circ}$ R. anzunehmen. Die niedrigste Nachttemperatur in Mentone ist $1\frac{1}{2}$ bis $-\frac{1}{2}^{\circ}$ R. gewesen. Dieses seltene Ereigniss, dass das Thermometer unter 0 heruntergeht, ist in 27 Jahren in Mentone dreimal vorgekommen, während es in Nizza jährlich wenigstens zwei bis dreimal eintritt.

Für die einzelnen Monate stellen sich in Mentone die durchschnittlichen und absoluten Maxima und Minima folgendermaassen:

	Durchschnitts- maxima	Absolute Maxima	Durchschnitts- minima	Absolute Minima
November . . .	10 $\frac{1}{2}$. . .	16 $\frac{1}{2}$. . .	7 . . .	4
December . . .	11 $\frac{1}{2}$. . .	15 $\frac{1}{2}$. . .	5 $\frac{1}{2}$. . .	$\frac{1}{2}$
Januar . . .	9 . . .	11 $\frac{1}{2}$. . .	5 $\frac{3}{4}$. . .	3 $\frac{1}{2}$
Februar . . .	9 $\frac{3}{4}$. . .	12 . . .	6 . . .	3
März . . .	11 $\frac{3}{4}$. . .	14 $\frac{3}{4}$. . .	6 $\frac{1}{4}$. . .	4
April . . .	13 $\frac{1}{4}$. . .	16 $\frac{1}{2}$. . .	8 . . .	5

Danach ist das Durchschnittsminimum für den Winter 7 $\frac{1}{4}$ ° R. So niedrige Temperaturen, wie sie obige Minima angeben, sind aber nur dann vorgekommen, wenn auch im übrigen Mitteleuropa, besonders in dessen westlichem Theil, aussergewöhnliche meteorologische Störungen bemerkbar waren, und dort ungewöhnlich kalte Winter herrschten. Die Kälte kommt dann hier nur sehr abgeschwächt zur Perception, und auch nur dann, wenn selbst in nächster Nähe starker Frost und Eis dauernd vorkommt und selbst die näheren Berge mit Schnee bedeckt sind.

Eine Vergleichung der Durchschnittswärme der einzelnen Monate mit anderen Kurorten ergibt für Mentone folgendes Verhältniss, nach Réaumur:

	Venedig	Pisa.	Nizza	Rom	Mentone	Neapel
November	5 $\frac{1}{2}$. .	7 $\frac{3}{4}$. .	8 $\frac{1}{2}$. .	9 $\frac{1}{4}$. .	10 . .	10 $\frac{1}{6}$
December	3 $\frac{1}{4}$. .	6 $\frac{1}{4}$. .	5 $\frac{3}{4}$. .	6 $\frac{4}{5}$. .	7 $\frac{3}{5}$. .	8 $\frac{1}{2}$
Januar	1 $\frac{1}{2}$. .	3 $\frac{3}{4}$. .	5 . .	5 $\frac{3}{4}$. .	7 $\frac{1}{5}$. .	7 $\frac{1}{5}$
Februar	3 . .	5 $\frac{1}{2}$. .	6 $\frac{1}{4}$. .	6 $\frac{3}{4}$. .	7 $\frac{3}{5}$. .	7 $\frac{3}{4}$
März	5 $\frac{3}{4}$. .	7 $\frac{1}{2}$. .	8 . .	8 $\frac{1}{2}$. .	9 . .	9 $\frac{1}{2}$
April	10 $\frac{1}{4}$. .	11 . .	10 . .	11 $\frac{1}{4}$. .	11 $\frac{1}{2}$. .	12

Vergleichen wir das Jahresmittel mit dem Mittel der einzelnen Jahreszeiten, so stellt sich auch in dieser Beziehung das Verhältniss für Mentone sehr günstig. Die

Differenz zwischen Winter ($7\frac{3}{5}$) und Sommer (19) ist keine sehr grosse. Dem entsprechen auch die Mittelzahlen für den Frühling und Herbst; sie betragen für beide etwa $11\frac{1}{2}$.

Diese grosse Gleichmässigkeit der Wärmevertheilung in den einzelnen Jahreszeiten ist einer der grössten Vorzüge Mentone's. Es dürfte wohl wenige Klimate geben, die hierin so geringe thermische Oscillationen aufzuweisen haben. Dadurch, dass das Meer seine einmal erreichte Temperatur länger constant behält, als das leicht erhitzte, aber auch ebenso rasch abgekühlte Land, und diesem seine Wärme mittheilt; dass das im Sommer erwärmte Meer aber seine höhere Temperatur bis in den Winter hinein conservirt, schafft es den Herbst mehr zu einem Sommer um und macht den Frühling mehr dem Winter gleich.

Folgende vergleichende Tabelle bestätigt dieses vollkommen *):

	Winter		Frühling		Sommer		Herbst		Jahresmittel
1) Dresden	$\frac{1}{2}$	.	$8\frac{1}{2}$	.	$17\frac{1}{2}$	.	$8\frac{1}{2}$	.	$8\frac{1}{2}$
2) Paris	$3\frac{1}{3}$	.	$10\frac{1}{3}$	.	18	.	11	.	$10\frac{3}{4}$
3) Venedig	$3\frac{1}{3}$	.	$12\frac{1}{2}$	.	$22\frac{3}{4}$	.	$13\frac{1}{3}$	.	$13\frac{1}{2}$
4) Pau	$7\frac{1}{2}$	.	16	.	$21\frac{3}{5}$	.	10	.	$13\frac{1}{2}$
5) Pisa	8	.	14	.	24	.	17	.	$15\frac{3}{5}$
6) Nizza	$9\frac{1}{2}$	.	18	.	$23\frac{1}{3}$	.	$12\frac{4}{5}$	.	$15\frac{4}{5}$
7) Rom	8	.	14	.	23	.	$16\frac{1}{2}$	.	$15\frac{1}{2}$
8) Mentone	$9\frac{3}{5}$	.	$14\frac{1}{2}$	.	$23\frac{1}{2}$	.	$14\frac{1}{2}$	.	16
9) Neapel	$9\frac{1}{2}$	.	$14\frac{1}{2}$	.	$23\frac{3}{5}$	.	17	.	16
10) Palermo	$11\frac{1}{2}$	.	15	.	$23\frac{1}{2}$	.	19	.	$17\frac{1}{5}$
11) Malaga	$13\frac{1}{10}$	.	$20\frac{1}{3}$	.	$26\frac{4}{5}$	.	$16\frac{1}{4}$	.	20
12) Algier	$13\frac{4}{5}$	.	$19\frac{3}{5}$	.	$25\frac{1}{2}$	.	$17\frac{3}{4}$	.	$19\frac{1}{6}$
13) Caïro	$14\frac{1}{2}$	.	23	.	$29\frac{1}{2}$	.	$21\frac{1}{2}$	.	23
14) Madeira	$16\frac{1}{2}$	.	$17\frac{1}{2}$	.	21	.	$17\frac{4}{5}$	.	$18\frac{3}{5}$

*) Die folgenden Durchschnittszahlen sind nach Centigrad berechnet.

Das Wichtigste für den Kranken ist es jedoch, die Durchschnittszahlen der einzelnen Tageszeiten, in denen er sich im Freien bewegt, kennen zu lernen. Nach Morgens, Mittags und Abends angestellten Beobachtungen ergibt sich daraus für die einzelnen Monate folgendes Verhältniss:

	Morgens	Mittags	Abends	Tagesmittel
November	11 . .	15 . .	13 . .	= $13\frac{1}{3}$
December	8 . .	12 . .	11 . .	= $10\frac{1}{2}$
Januar	8 . .	12 . .	10 . .	= 10
Februar	9 . .	14 . .	11 . .	= $11\frac{1}{2}$
März	10 . .	16 . .	13 . .	= 13
April	13 . .	19 . .	$13\frac{3}{4}$. .	= 16

Barometrische Verhältnisse.

Die Luftdruckverhältnisse eines nur wenige Fuss über dem Niveau des Meeres gelegenen Orts wie Mentone zeigen nur sehr geringe Schwankungen. Der Einfluss der letzteren ist daher auf den gesunden und kranken Organismus kein sehr bedeutender. Wenn Rückwirkungen bemerkt werden, so sind sie mehr auf Rechnung der diese Oscillationen veranlassenden und begleitenden Winde und den gleichzeitigen Feuchtigkeitsgehalt der Luft zu setzen. Bei der geringen Elevation Mentone's über dem Meerespiegel zeigen sich daher in dieser Beziehung auch wenig Abweichungen von den Verhältnissen anderer Strandkurorte des Mittelmeeres.

Der höchste durchschnittliche Barometerstand ist 771,9 m. m.; der niedrigste 774 m. m. Das absolute Maximum ist 773 m. m., das Minimum 738, die ganze Oscillation bewegt sich also in einer Differenz von nicht mehr als 35 m. m.

Hauptsächlich sind es die südlichen Windrichtungen (Südost und Südwest), welche für Mentone ein Steigen des Barometers bedingen, weil die grössere Menge Wasserdampf, die sie mit sich führen, an dem Gesamtdruck der Atmosphäre sich mitbetheiligt.

Am stärksten an und für sich ist der Luftdruck im Winter. Das Maximum desselben fällt auch für Mentone in den Februar und April.

Gegen den Sommer, wo an anderen Orten ein Abnehmen desselben bemerkt wird, weil durch die höhere Temperatur eine Rareficirung der Luft eintritt, wird diese durch die in jener Zeit stärker eintretende Verdampfung des Meeres compensatorisch ausgeglichen. Auch die täglichen Schwankungen im Luftmeer sind in den Wintermonaten am stärksten. Mittags 2 Uhr wird in der Regel der tiefste, Abends 9 Uhr der höchste Barometerstand beobachtet. Dieses Steigen erklärt sich ebenfalls durch den nach Sonnenuntergang vermehrten Feuchtigkeitsgehalt der Luft und den Antheil, den die Wasserdämpfe dadurch dem Gesamtdruck der Atmosphäre hinzufügen.

Dieser hohe, zum Theil also durch den Dunstdruck bedingte Stand des Barometers ist aber nicht ohne Bedeutung für die Gesundheitszustände im Allgemeinen. Die stärker comprimirte und deshalb in demselben Volumen eine grössere Quantität Sauerstoff enthaltende Luft äussert ihre nächsten Wirkungen auf den Organismus dahin zunächst, dass sie eine Verminderung der Athem- und Pulsfrequenz herbeiführt. Denn die Athemzüge richten sich immer nach dem Sauerstoffgehalt der Luft, während das zur Umwandlung des Blutes nöthige Quantum desselben

immer dasselbe bleibt. Auch bei vermehrter Zufuhr von Sauerstoff wird kein grösseres Quantum von Kohlensäure ausgeschieden. Enthält nun die verdichtete Luft mehr Sauerstoff als gewöhnlich, so sind weniger Athemzüge nöthig, um in demselben Volumen das nöthige Quantum dieses Luftbestandtheils dem Blute zuzuführen. Hierdurch wird der Respirationsakt erleichtert und verlangsamt. Dieser Umstand ist besonders für kranke Respirationsorgane wichtig. Zum Theil verdichtet, ihrer normalen Ausdehnbarkeit beraubt (Tuberculose, Emphysem), oder durch Reiz in den ersten Luftwegen am tiefen Einathmen gehindert, können sie in der gewöhnlichen Atmosphäre nicht soviel Sauerstoff einziehen, als der Organismus zur Erhaltung seiner normalen Blutmischung bedarf. Forcirte oder frequente Athemzüge müssen daher das fehlende Quantum zu ersetzen suchen. Für schon kranke Organismen ist dies immer ein von nachtheiligen Folgen begleiteter Uebelstand.

Ist die Luft jedoch, wie in allen tief gelegenen Orten, mehr comprimirt, so können auch kranke Respirationsorgane, ohne übermässig angestrengt zu werden, die genügende Menge Sauerstoff aufnehmen. Die nächste Folge ist Verlangsamung der Athemzüge und eine auffallende Verminderung der Pulsfrequenz. Eine allgemeine Relaxation und Beruhigung des Nervensystems tritt ein und die gereizten Gewebe kommen in einen, zu ihrer Heilung so erwünschten Zustand relativer Ruhe.

Das Gegentheil findet in rareficirter Luft statt. Je höher ein Ort liegt, desto dünner ist seine Luft, desto weniger Sauerstoff enthält sie in demselben Volumen. Es ist ein Verkennen dieser Verhältnisse, wenn man Brust-

krankte in zu hoch gelegene Gebirgsorte schickt. Die guten Erfahrungen, die man unläugbar bei einem Aufenthalt in Gebirgskurorten mittlerer Höhe gemacht hat, werden dadurch nicht alterirt, weil hier noch andere günstige Momente mitwirken, die jene Nachtheile, welche überhaupt nur für beträchtliche Elevationen gelten, wieder ausgleichen. Auch der Einwand, dass unter Gebirgsbewohnern verhältnissmässig sehr wenig Tuberculose vorkommt, beweist nur, dass das Leben im Gebirge als Prophylacticum gegen diese Krankheit wirkt, hauptsächlich indem es die Entwicklung des Thorax durch eine gesunde Lungengymnastik begünstigt. Ein Vorbauungsmittel ist aber nicht immer ein Heilmittel gegen das schon ausgebildete Uebel. Deshalb also, weil keine Phthisis dort vorkommen soll, Görbersdorf oder gar Island als Heilorte zu empfehlen, zeigt von wenig Einsicht oder Gewissenhaftigkeit.

Eine mässig feuchtwarme, gleichmässige, condensirte Luft wird der respiratorischen Diät Brustkranker in den meisten Fällen am besten entsprechen. Eine noch genauere Charakterisirung der einzelnen klimatischen Kurorte wird die nächste Aufgabe einer exakten, auf wissenschaftlichen Grundlagen zu erbauenden Klimatologie sein. Bis jetzt sind die Agentien, welche den Begriff eines Klimas überhaupt constituiren, noch lange nicht genug erforscht, und ihre praktische Verwerthung unterliegt daher in einzelnen Fällen oft sehr grossen, nicht immer vorher zu bestimmenden Schwierigkeiten.

Winde.

Zur Beurtheilung eines Klimas, besonders für Brustkranke, ist eine genaue Kenntniss der herrschenden Winde, ihre Richtung, Häufigkeit und Intensität von grösster Bedeutung. Respirationsleidende ertragen vielleicht eine etwas geringere Temperatur, als eine von heftigen Winden stets bewegte und daher veränderliche Atmosphäre. Der hygienische Werth der verschiedenen Stationsorte wird daher durch nichts mehr bestimmt, als durch den Schutz, den sie gegen gewisse schädliche Luftströmungen geniessen.

Cannes z. B. ist gegen den Mistral durch das Esterrellegebirge vollständiger geschützt als Nizza, das gegen diese kalten und trockenen Winde gerade am wenigsten gedeckt ist. Bordighera, seiner Vegetation nach gewiss einer der begünstigsten Orte der Riviera, hat eine zu weit ins Meer vorgeschobene Lage, und eignet sich deshalb, weil es den östlichen und nordwestlichen Winden zu unmittelbar ausgesetzt, nicht zu einem klimatischen Winteraufenthalte für Brustleidende. Nizza, durch seinen berüchtigten Staub selbst für Gesunde oft unerträglich, ist nicht nur wegen der Trockenheit seiner Atmosphäre, sondern mehr noch wegen seiner heftigen Winde und der dadurch bedingten Veränderlichkeit der Temperatur für Brustleidende geradezu verderblich. Die es zwar dreifach umgürtenden Bergreihen sind zu entfernt und nicht hoch genug, um die von Norden und Nordwest herüberkommenden kalten Luftströmungen vollständig zu brechen, und ausserdem macht sich längs des Paillon-Flussbettes

stets eine, auch von geringerer Temperatur begleitete starke Ventilation bemerkbar, die besonders sehr empfindlich wird, wenn der Wind aus den kalten Schneebergen weht und gewaltsam bis Nizza vordringt.

In Beziehung auf Vollständigkeit des Schutzes vor kalten Winden ist kein Ort an der Riviera günstiger gelegen als Mentone. Ihm dürfte hierin nur San Remo an die Seite zu stellen sein; doch ist der Schutz der Berge hier kein so vollständiger als in Mentone. Die Bergreihe, welche als ein zweiter Gürtel das Amphitheater von Mentone umzieht, macht alle von Nord, Nordost und Nordwest hereintretenden Luftströmungen für dasselbe unschädlich. Die nirgends unterbrochene Gebirgskette ist so hoch und liegt dem von ihr rings umschlossenen Gebiet so nahe, dass sie wie eine hohe Mauer die Nordwinde über die Stadt hinwegführt. Ohne sie zu berühren, fallen sie mehrere Stunden davon mit Heftigkeit ins Meer ein, dessen Ufertheil ruhig bleibt, während weiterhin aufgeregte Schaumwellen sichtbar sind.

Die Ostwinde werden durch die ungeheuern Felsmassen am Pont St. Louis vollständig abgehalten. An ihnen bricht sich auch die Kraft der Südostwinde, weil ihr steiler Abfall sich unmittelbar bis ans Meer erstreckt. Die eigentlichen Südostwinde, oft von Regen begleitet, sind weder sehr heftig, noch sehr kalt. Bemerkt man daher in Mentone kältere und heftigere südöstliche Strömungen, so sind dieses abgelenkte Ostwinde.

Gegen die Südwestwinde gewährt das Cap Martin und der Stadthügel genügenden Schutz. Auch die Südwestwinde sind in der Regel feuchtwarm und von ge-

ringer Stärke. Treten aus dieser Richtung kältere und heftigere Strömungen ein, so sind es keine wirklichen Südwest-, sondern am Cap Martin abgelenkte Nordwestwinde (Mistrals).

Man sieht hieraus, dass Mentone hauptsächlich nur dem Einflusse der südlichen, feuchtwarmen Windrichtungen ausgesetzt ist. Da diese einen sehr grossen Theil des Jahres und meist in der Winterzeit wehen (der Süd 60 Tage, der Südost 70 bis 75, der Südwest 70 Tage), so bestimmen sie wesentlich den Charakter des Winterklimas von Mentone. Auch der Westwind, so selten er im Ganzen weht, ist ein mehr feuchter und vervollständigt die Wirkungen eines milden und gleichmässigen Strandklimas, wodurch sich Mentone vor allen anderen Stationsorten der Riviera auszeichnet.

Wenn die Ruhe des Luftmeeres, wie an allen Strandorten, auch in Mentone keine absolute ist, so ist das Hereinbrechen heftiger und kalter Luftströmungen doch fast gänzlich aufgehoben und auch die regelmässige Ventilation, die durch die nothwendige Ausgleichung der Temperatur-Verschiedenheit von Land und Meer herbeigeführt wird, steigert sich nie zu einer, wie an anderen Orten staubaufwirbelnden Heftigkeit und Erregtheit der Atmosphäre. Dieser Umstand sichert ihm eine viel grössere Gleichmässigkeit der Temperatur als den anderen, von heftigeren und veränderlichen Windströmungen heimgesuchten Orten der Riviera; dies sichert ihm seine steigende Bedeutung als Winteraufenthalt für Brustkranke, denen nichts verderblicher ist, als beständige, durch heftige Winde hervorgebrachte Tempera-

tur-Schwankungen und eine durch diese Veränderlichkeit der Atmosphäre hergebrachte Erregtheit und Reizbarkeit.

Feuchtigkeits-Verhältnisse.

Die Frage nach dem Feuchtigkeitsgehalt der Luft ist nächst der nach den Winden für klimatische Bestimmungen die wichtigste. Besonders für Brustleidende ist der mehr oder minder grosse Gehalt der Luft an Wasserdämpfen deshalb von so grosser Bedeutung, weil von dem Sättigungsgrad der Atmosphäre der Verdunstungsprozess an der Haut- und Lungenoberfläche in umgekehrtem Verhältniss abhängt. Je höher nämlich der Sättigungsgrad der Luft mit Dämpfen bereits ist, desto weniger können die Schleimhäute ihre Feuchtigkeiten in dieselbe evaporiren; je dunstärmer dagegen eine Luft ist, desto leichter nimmt sie alle an der Oberfläche des Körpers sich ansammelnden feuchten Ausscheidungen in sich auf, desto trockener werden also Haut, Schleimhaut und deren Secrete sein. In den Fällen also, wo schon eine übermässige Secretion auf den Schleimhäuten statt hat, ist eine dunstarme Atmosphäre die zuträglichere, wogegen gereizte, spärlich secernirende Schleimhäute sich in einer feuchtwarmen Luft besser befinden.

In Mentone macht sich offenbar ein grösserer Feuchtigkeitsgehalt der Luft, wie man schon an der frischen, saftigen Vegetation ansehen kann, bemerkbar. An demselben hat auch die Beschaffenheit des Bodens, der thonhaltig ist und Wasser nicht so rasch einsaugt als kalkiges Terrain, einen wesentlichen Antheil. Ferner trägt der

grössere Wasserreichthum von Bächen und Quellen ebenfalls dazu bei, dass das Klima von Mentone weniger trocken ist, als das der meisten Orte der Riviera.

Die vom Meere evaporirten Feuchtigkeiten werden durch die tägliche Seebrise und durch die südlichen, feuchten Windströmungen zwar dem Lande zugeführt, aber durch die beständige, starke Ventilation am Strande meistens auch rasch wieder fortgetrieben. In Mentone finden sich besonders günstige Verhältnisse vor, dass dieselben dem Lande erhalten werden, indem die hinterwärts gelegene, genügend nahe und vollkommen geschlossene Bergkette sich wie ein Damm dem zu raschen Abzug derselben entgegenstellt.

Der höchste Stand des Hygrometers ist im Winter 79, der mittlere 57,48. Im Sommer ist der höchste 73, der mittlere 56,47. Diese auffallende Gleichmässigkeit des mittleren Standpunktes im Winter und Sommer erklärt sich dadurch, dass trotz der stärkeren Evaporationskraft der Luft im Sommer das Plus von Wasserdampf in dieser Zeit durch den aufsteigenden Luftstrom sofort in die Höhe geführt wird.

Herrschende Krankheiten.

Das Aussehen und die Sterblichkeitsverhältnisse der Einwohner, sowie die herrschenden Krankheiten müssen bei Beurtheilung eines Klimas nur mit grosser Vorsicht verwendet werden. Sie sind viel häufiger und vorwiegend die Folgen einer mangel- und fehlerhaften Ernährung und Lebensweise, als der klimatischen Einflüsse. Sie haben

daher nur einen relativen Werth und gewinnen erst in Verbindung mit obigen Thatsachen ihre wahre Bedeutung.

In einem Klima, wo alle peripherischen Thätigkeiten, besonders die der Haut, durch eine stets erwärmte Luft beständig angeregt werden, sind Störungen der Hautthätigkeit und deren Folgen: *K a t a r r h e*, in Form von Schnupfen, Anginen, selbst leichter Bronchitis, nichts Seltenes. Vernachlässigung der nöthigen Vorsichtsmaassregeln bei raschem Temperaturwechsel bringen bei noch nicht akklimatisirten Fremden leicht derartige Erkrankungsfälle zu Stande. In den Monaten März und April kommen dann bei vorherrschendem Ost- und Nordwestwind auch Pleuraaffectionen vor; viel seltener sind wirkliche Lungenentzündungen. Die Sterblichkeit ist deshalb in dieser Zeit auch verhältnissmässig am grössten. Exanthematische Fieber, ohne jedoch einen bösartigen Charakter anzunehmen, wie Masern, Scharlach, Pocken, fallen, wenn sie herrschen, meistens in diese Zeit.

Epidemische und endemische Infectionskrankheiten sind überhaupt in diesem begünstigten Klima etwas Seltenes. Die reine, durch das Meer regelmässig ventilirte und durch Winde bewegte Atmosphäre, die Aufsaugungsfähigkeit des stark geneigten, hygroskopischen Terrains verhindern alle, zu schädlichen Evaporationen und Miasmen Veranlassung gebenden Ansammlungen. In der alten Stadt selbst, wo die Strassen eng und wenig sonnig gebaut, die Wohnungen meist überfüllt sind, kommen Infectionskrankheiten nur vereinzelt vor und nehmen auch hier nie eine grosse Ausdehnung an. Die Einwohner Mentone's erfreuen sich daher im Allge-

meinen einer guten Gesundheit und erreichen in diesem, durch keine Extreme ausgezeichneten, den beständigen Aufenthalt in frischer Luft gestattenden Klima meist ein hohes Alter. Man berechnet, dass von 100 Greisen etwa 25 das Alter von 80 bis 90 Jahren erreichen.

Da in Mentone die Sommer selten eine höhere Temperatur als 23 bis 24 Grad haben, so sind die zu dieser Zeit auftretenden gastrischen Affectionen weder häufig noch heftig. Indigestionen, Diarrhöen, Magen- und Intestinalkatarrhe, mit oder ohne Fieber, verlaufen bei passendem Regime sehr bald. Hartnäckigere Formen der Diarrhöe und auch Rheumatismen kommen im Herbst vor, wo die Aequinoctialregen oft sehr heftig und andauernd eintreten. Diese starken atmosphärischen Niederschläge bringen dann oft rasche Temperaturvermindernngen und nasskaltes Wetter hervor und begünstigen, besonders bei dazu disponirten Personen, Erkrankungen der Schleimhäute, sowie Katarrhe des Rachens, Kehlkopfs und der Bronchien. So lange das Thermometer nicht unter 12 Grad sinkt, ist keine Gefahr zu Erkältungen, selbst bei feuchtem, regnerischem Wetter, vorhanden, und man hat nur nöthig, seine Kleidung der Temperatur gemäss einzurichten.

Die gesündeste Zeit in Mentone ist der Winter; wenn in dieser Zeit die Temperatur auch unter 12 Grad heruntergeht, so ist die Luft doch trocken und anregend genug, um selbst empfindlicheren Patienten, bei passender Bekleidung, täglich mehrere Stunden den Aufenthalt im Freien zu gestatten, ohne dass sie sich der Gefahr einer Erkältung aussetzen. Kommen jedoch Erkrankungen vor,

so sind es Bronchialkatarrhe oder leichtere pleuresitische Affectionen.

Chronische Krankheiten stehen natürlich nicht in directem Zusammenhang mit den Jahreszeiten und sind nicht durch die Beschaffenheit dieses so milden, fern von allen Extremen liegenden Klimas, sondern durch fehlerhafte Lebensweise der Bewohner bedingt. Die unzureichende, vorzugsweise aus vegetabilischen und mehligten Substanzen bereitete Nahrung, die das ganze Jahr hindurch andauernde und daher angreifende Arbeit, die besonders der ackerbautreibenden Bevölkerung nicht, wie bei uns, den Winter als Zeit der Erholung gestattet, erzeugen anämische Zustände, die beim weiblichen Geschlecht sich als ziemlich verbreitete Chlorose und Hysterie äussern. In der alten, enggebauten Stadt trägt Mangel an Luft und Sonne in den überfüllten, oft noch von Effluvien verunreinigten Häusern, vereint mit der sehr mangelhaften Ernährungsweise, vernachlässigten Hautpflege und Reinlichkeit dazu bei, dass Skropheln und Rachitis in der Jugend ein verbreitetes Uebel sind. Auch die Tuberculose ist hier nichts Seltenes. Es ist trotzdem dennoch nicht gestattet, hieraus einen Schluss gegen die Salubrität des Klimas zu ziehen und deshalb Mentone weniger als Heilstation für Brustkranke zu empfehlen. Wir wissen, dass für die Erzeugung der Tuberculose ganz andere Ursachen mitwirken, als die klimatischen Einflüsse.

Hautkrankheiten sind unter den Eingebornen nichts Seltenes, aber gewiss ebenfalls nicht durch die klimatischen Einflüsse hervorgebracht, sondern nur eine

Folge der mit Unsauberkeit und Armuth Hand in Hand gehenden, fast gänzlich vernachlässigten Hautkultur.

Nierenaffectationen sind durchaus selten. Die Gleichmässigkeit des Klimas, die Gewohnheit des Italieners, sich gegen Temperaturwechsel durch das Tragen wollener Kleidung zu schützen, die grosse Mässigkeit im Genuss von Spirituosen, trägt dazu wohl hauptsächlich bei.

Die Gicht, als eine, von einem krankhaft afficirten Nierenepithel producirt harnsaure Diathese des Bluts, kömmt hier weder in ihren Anfängen, noch in ihren entwickelten Formen vor, wie man sie in England so häufig sieht. Der Genuss von schweren Weinen und Bieren, der dort eine Hauptursache dieser Krankheit ist, fällt hier, bei der bekannten Nüchternheit des Italieners, weg, und das milde Klima ist viel mehr ein Heilmittel, als ein veranlassendes Moment.

Charakteristik des Klimas von Mentone.

Das Klima von Mentone, sehr geringen barometrischen und thermometrischen Schwankungen unterworfen, zeichnet sich, bei grosser Reinheit und Sonnenhelle und verhältnissmässig grosser Ruhe der Atmosphäre, durch eine seltene Gleichmässigkeit der Wärmevertheilung aus und repräsentirt, bei mässigem Feuchtigkeitsgehalt, sehr vollkommen den Charakter eines warmen Strandklimas.

Es steht gewissermassen als neutrales Klima in der Mitte zwischen den beiden grossen Gruppen, den sogenannten stimulirenden, durch Dunstarmuth und Beweg-

lichkeit der Atmosphäre sich kennzeichnenden und den, durch einen höheren Sättigungsgrad der Luft als sedativ und erschlaffend bezeichneten Klimaten. Seine beiden Buchten repräsentiren vermöge ihrer verschiedenen Luftbeschaffenheit in sich noch die Charaktere der beiden grossen Categorien, indem die dem Meere näher gelegene, wärmere und trockenere östliche Bucht sich mehr den erregenden, die westliche, vom Meere entferntere, ein weiteres vegetationsreiches Flussthal darstellende Bucht sich mehr den sedativen Klimaten anschliesst.

Mentone ist weniger trocken, windstill und wärmer als alle übrigen Orte der Riviera, und weniger feucht als Venedig, Pau, Pisa, Rom und Madeira. Mit allen Reizen einer schönen südlichen Natur geschmückt, vereinigt es alle guten Eigenschaften eines klimatischen Kurortes, und ist die geschützte und gleichmässigste aller Winterstationen Italiens. Eine dem vollen Mittag geöffnete, günstigere Lage an einem südlichen Meere dürfte sich vielleicht in Europa nicht wiederfinden. Es verdient deshalb nicht nur die Anerkennung, welche Aerzte und Kranke ihm bis jetzt gezollt haben, sondern wird in rascher Entwicklung bald den unbestrittenen Vorzug vor allen übrigen Stationen, besonders für Brustkranke, einnehmen.

Der Einwand, dass kein Unterschied zwischen dem Klima Mentone's und dem der nächstgelegenen Kurorte bestehe und dass ihr Wirkungscharakter derselbe sein müsse, weil die klimatischen Grundbedingungen in so unmittelbarer Nähe keine verschiedenen sein können, widerlegt sich durch Thatsachen, die vor allem in ihren Wirkungen nicht mehr geläugnet werden dürfen. Man mag

theoretisch einwenden, was man will, die ärztliche Erfahrung und das Befinden der Kranken selbst, dieser zarten Sinnpflanzen eines Klimas, spricht immer von Neuem dagegen. Und in der That bestehen auch in Mentone Eigenthümlichkeiten, wenn auch ganz lokaler Natur, topographische Verhältnisse, die Modificationen in der Wirkung der klimatischen Agentien hervorbringen und die sich eben zu Vorzügen gestalten. Diejenigen günstigen Bedingungen nämlich, welche der Riviera überhaupt eine über ihren geographischen Breitegrad hinausgehende Höhe und Gleichmässigkeit der Wärme sichern, finden sich an keinem Orte der Riviera, mit Ausnahme vielleicht von San Remo, in so glücklicher Vereinigung wieder vor, als in Mentone. Alle anderen bewohnbaren Punkte, Genua, Savona, Finale, Oneglia, Ventimiglia und Bordighera, sind nicht im entferntesten mit letzterem zu vergleichen. Sie liegen fast alle an Mündungen von Flüssen oder Durchbrüchen der nördlichen Gebirgskette und sind deshalb auch allen dadurch bedingten kalten und veränderlichen Luftströmungen ausgesetzt. An keinem dieser Punkte ist deshalb auch die Vegetation so südlich und entwickelt, als in Mentone, wo bekanntlich vorzugsweise die Kultur des Citronenbaums, der viel weniger Kälte als die Orange verträgt, in einer Ausdehnung und Ergiebigkeit, wie nirgends weiter, betrieben wird.

Therapeutische Indicationen.

Durch seine intermediäre Stellung begünstigt und vermöge seiner Lage an zwei, verschiedene Luftbeschaffen-

heit repräsentirenden Buchten entspricht das Klima von Mentone den meisten Indicationen; es sind aber hauptsächlich folgende Krankheitszustände, in welchen es einen heilsamen Einfluss ausübt:

1) Anämie, entweder in der Form der Chloro-Anämie, als Entwicklungskrankheit, oder als allgemeine Blutverarmung ohne Krankheit innerer Organe, in Folge grosser Säfteverluste, schwächender Dyscrasien und übermässiger, geistiger Anstrengungen auftretend. Wenn sich mit solchen Schwächezuständen hysterische und hypochondrische Erscheinungen in Form mannigfacher Reflexneurosen und Neuralgien compliciren, so ist solchen Patienten zuweilen Anfangs der Aufenthalt nahe am Meere nicht zuträglich und wirkt zu erregend. Haben sie sich jedoch akklimatisirt und ist durch Verbesserung der Ernährung bei stärkendem Regime und dem Gebrauch von Tonicis ihre Constitution etwas kräftiger geworden, so bekommt ihnen derselbe sehr gut.

2) Chronische Katarrhe. Es gehören hierher diejenigen katarrhalischen Formen der Rachengebilde, die mit ihren secundären Veränderungen als Pharyngitis chronica und granulosa bezeichnet werden; ferner die chronischen Larynxaffectionen, die in verschiedenen Graden, von der Heiserkeit bis zur Stimmlosigkeit, von einfacher katarrhalischer Schwellung der Kehlkopf-Schleimhaut bis zu den daraus hervorgehenden Erosionen und Folliculargeschwüren sich steigern und die durch beständigen Wechsel der Temperatur in der Heimath sich stets verschlimmern und hartnäckig jeder Heilung widerstehen.

Der Aufenthalt in dem milden Strandklima, in Ver-

bindung mit einer passenden, lokalen Behandlung, führt hier zu den glücklichsten Resultaten.

Chronische Bronchialkatarrhe, entstanden und unterhalten unter den Einflüssen eines rauhen Klimas, für die Soden im Frühjahr und Herbst ein so vorzüglicher Aufenthalt ist, die aber im Winter zu Hause immer recidiviren oder das Zimmer zu hüten zwingen, mit quälendem Husten und erschwerter Expectoration in der Heimath jeder Medication Widerstand leisten, eignen sich ganz besonders für das milde Klima Mentone's.

Einfache Reizungen der Bronchial-Schleimhaut, ohne nachweisbare Parenchymveränderungen, oft mit zähem, nur unter quälenden Hustenanfällen heraus zu beförderndem Secret, oder blennorrhöische Zustände der Bronchien bis zur Bronchiectasie mit mässigem, flüssigem, putridem Auswurf, placirt man, je nach dem Charakter des einen oder anderen, mit Vortheil entweder in der westlichen oder östlichen Bucht. Auch hier wird neben der passend zu regulirenden, respiratorischen Diät und dem Gebrauch bewährter Mineralwasser eine umsichtige Anwendung der lokalen, inhalatorischen Therapie nicht zu vernachlässigen sein.

Denselben Indicationen unterliegt der das Emphysem veranlassende und begleitende chronische Bronchialkatarrh, sowie die in Folge von Herzleiden (besonders bei Insufficienz der Mitralis) sich entwickelnden Stasen in den Respirations- und Digestionsorganen; sie werden, wenn auch nicht radikale Beseitigung, so doch immer wesentliche Erleichterung hier zu erwarten haben.

Die unter der Form des Asthma bronchiale auf-

tretende krampfhafte Zusammenziehung der contractilen Elemente in den tiefsten Bronchialverzweigungen, bedingt durch subparalytische oder abnorme Reizzustände des Vagus, dürfte nur da eine günstige Beeinflussung von dem Klima Mentone's erfahren, wo die Veränderungen in der Bronchial-Schleimhaut das disponirende Moment abgeben. Wo letztere, sowie Emphysem, Herz- und Gefässerkrankungen, von der Aetiologie ausgeschlossen sind und das Asthma als reine Reflexneurose des Vagus, als sogenanntes Asthma nervosum auftritt, dürfte auch der Aufenthalt in Mentone nur von zweifelhaftem Nutzen sein.

Chronische Katarrhe der Nieren- und Harnblase, durch Einwirkung von Kälte und Nässe auf die Haut, besonders in den nordischen Küstenländern häufig entstehend, chronische, parenchymatöse Nephritis und consecutiver Hydrops befinden sich unter dem Einfluss des gleichmässig warmen, gelind erregenden Klimas von Mentone vortrefflich. Es führt Herstellung der Hautthätigkeit, Verbesserung der durch langwierige Eiweissverluste veranlassten Blutverarmung und, bei nicht zu weit gediehener Degeneration, selbst Heilung der Nierenaffection herbei. Die amyloïde Entartung, mit gleichzeitiger Vergrösserung der Milz und Leber, wird auch unter noch günstigeren Verhältnissen schwerlich zurückzubilden sein. Zur Verbesserung des Grundleidens wird der Gebrauch eines tonischen Regimes (Eisen, Jodeisen) wesentlich beitragen.

3) Tuberculose. Da wiederholte Reizungen des Lungengewebes, selbst ohne vorhandene Disposition, zur Tuberkelbildung führen können, die Entwicklung der con-

stitutionellen Tuberculose schon durch einfache Irritanten auf die Lunge befördert wird, so ist eine sorgfältige Verhütung solcher Reizmomente, wie sie besonders intercurrente Laryngeal- und Bronchialkatarrhe abgeben, und die Beseitigung der bereits bestehenden Lungenhyperämie die erste Aufgabe der Therapie. Die Verbesserung der allgemeinen Ernährung bildet erst die zweite Indication.

Beiden Aufgaben entspricht, durch seine milde, gleichmässige, weder zu feuchte noch zu trockene Beschaffenheit, weil es, wie wir gesehen haben, in der Mitte zwischen jenen beiden grossen Gruppen steht, vollkommen das Klima von Mentone.

Es sind dies die häufig vorkommenden Fälle von Tuberculose, wo ein mittlerer Reizzustand im Lungenparenchym vorherrscht und wo weder Entzündungs- noch Blutungstendenz vorhanden ist. Es sind dies ferner die Fälle, die als nur »verdächtig« oder als wirkliche beginnende Tuberculose erkannt, sich durch Blässe der Hautdecken und Schleimhäute, durch Laxität der Gewebe und eine anämische Constitution kennzeichnen, sogenannte lymphatische, in ihrer Jugend als scrophulös bezeichnete Individuen, bei denen langdauernde, auf die eine oder andere Lungenspitze beschränkte Katarrhe oft das einzige Symptom bilden und sich oft nur durch schwaches, unbestimmtes Vesiculärathmen, durch schärferes, verlängertes Expirium, oder durch feinere, selbst auf kräftiges Husten nur vorübergehend oder gar nicht verschwindende Rasselgeräusche kundgeben.

Solche Leidende erfahren bald eine sehr günstige Beeinflussung von der reinen, sauerstoffreichen Luft Men-

tone's, dessen warme Sonne ihnen gestattet, sich täglich stundenlang im Freien zu bewegen. Gesteigertes Nahrungsbedürfniss, erhöhte Blutbereitung und Gewichtszunahme, frohere Gemüthsstimmung stellen sich ein und mit ihnen sistirt, unter Fernhaltung aller schädlichen, die kranken Gewebe reizenden Momente (besonders Einathmen einer zu kalten, oder zu veränderlichen und staubigen Luft), nicht nur der örtliche Prozess, sondern es werden auch neue Ablagerungen verhütet.

Unter so günstigen Verhältnissen sind Heilungen beginnender Tuberculose nicht nur möglich, sondern wirklich wiederholt constatirte Thatsachen. Sie können aber nur erreicht werden, wenn man rechtzeitig das fast einzige Heilmittel: Luftveränderung und mit ihr ein verbessertes Regimen in Anwendung setzt, den günstigen Zeitpunkt, schwächliche, oft nur zur Tuberculose disponirte, später aber unrettbar verlorene Patienten in ein passendes, südliches Klima zu schicken, nicht zu weit hinausschiebt! Ist bereits, unter wiederholten, erschöpfenden Blutungen und fieberhaften Erscheinungen das zweite Stadium, Erweichung und Zerfall der Gewebe, eingetreten, so ist der Erfolg oft mehr als zweifelhaft; man ist nur noch auf Conservirung und palliatives Hinhalten angewiesen. Man dringe daher mit ganzer Entschiedenheit auf das »principiis obsta!« Ein sofortiges Herausnehmen aus den heimathlichen Verhältnissen und eine heilsame Luftveränderung sind durch Nichts zu ersetzen! Nur das allein kann retten!

Die Wahl des Winteraufenthalts muss nach der Individualität des Falls von einem kundigen, mit den speciel-

len klimatischen Verhältnissen der einzelnen Heilstationen vertrauten Ärzte getroffen werden. Nie begnüge man sich mit halben Maassregeln. Man sende solche Kranke daher nicht in die zweifelhaften, oft von sehr strengen Wintern, Regen, Schnee, scharfen Winden und veränderlichen Temperaturen heimgesuchten, sich höchstens zu Uebergangsstationen bei der Rückkehr eignenden Orte (wie Meran, der Genfersee, Hyères etc.), sondern sofort in den vollen, gleichmässig warmen Süden, der bei den jetzigen, so vervollständigten Verkehrsmitteln so nahe gerückt ist und fast für dieselben Kosten auch für Kranke ohne grosse Anstrengung zu erreichen ist. Im Sommer vervollständigen dann Luft- und Molkenkuren an den genannten Orten, in der Schweiz, in Soden oder Ems die begonnene, vielleicht durch einen zweiten Winteraufenthalt vollständig zu befestigende Heilung.

Von den weiter vorgeschrittenen Formen gehören hierher diejenigen, wo die Krankheit entweder wenig ausgebreitet ist, oder von Anfang an einen mehr chronischen Verlauf genommen hat, jedoch regelmässig im Herbst und Winter ihre Exacerbationen macht. Die physikalische Untersuchung, die Sputa etc. lassen keinen Zweifel, dass wir es nicht mit einem chronischen Bronchialkatarrh, sondern mit einer sich langsam entwickelnden Tuberculose zu thun haben; die aber, nachdem sie sich Sommers in den Bädern von Ems und Soden relativ gut befunden hat, zu Hause sich aber jedesmal unter dem Einfluss des schädlichen, nordischen Klimas wieder verschlimmert und so allmählig einen deletären Verlauf nimmt.

Selbst für sogenannte erethische Tuberculose, mit

mässiger Parenchymreizung, geringeren Blutungen und zerstreuten Ablagerungen, unregelmässiger Blutcirculation und Nervenaufrregung, bietet die westliche, mehr feuchtwarme Bucht von Mentone immer einen viel passenderen Aufenthalt, als die übrigen Heilstationen der Riviera. Einigen dieser Kranken sagt freilich das feuchtere, beständig warme Klima von Madeira besser zu, nur hat es bei seinen sonstigen grossen Vorzügen den Uebelstand, dass, besonders bei atonischer Constitution, leicht eine excessive Erschlaffung durch die zu grosse Weichheit der feuchtwarmen Luft eintritt, dass die Verdauung beeinträchtigt und die Secretion der Schleimhäute leicht übermässig vermehrt wird.

So gross die Menge derer ist, die an dieser traurigen, kein Lebensalter verschonenden Krankheit zu Grunde gehen, so wenig Fälle von wirklich »erkannter« Tuberculose geheilt werden, so kann doch, durch eine rechtzeitige Berücksichtigung obiger Rathschläge, eine viel grössere Anzahl als bisher vor dem traurigen Schicksal bewahrt oder, wo dies nicht mehr thunlich ist, der lethale Ausgang wenigstens hinausgeschoben werden. Die Wissenschaft kennt bis jetzt kein radikales Heilmittel gegen dieses weitverbreitete Leiden. Aber sie kann durch rationelle, symptomatische Behandlung nicht nur die Qualen des Unglücklichen erleichtern, sondern dadurch auch (da wir wissen, dass die Tuberculose erlöschen kann) dem Organismus Kraft und Zeit gewähren, diese glückliche Eventualität abzuwarten.

4) Pericardiale und pleuritische Exudate, deren Resorption zu langsam vor sich geht, werden hier

unter Verbesserung des Allgemeinbefindens rascher der Heilung entgegengeführt.

5) Herzaffectionen und davon abhängige Unregelmässigkeiten im Blutkreislauf befinden sich, falls noch keine zu grossen Compensations-Störungen eingetreten sind, besonders in der westlichen Bucht, unter dem mehr sedativen Einfluss ihres Klimas sehr gut; die Reizbarkeit des Nervensystems mildert sich und die Pulsfrequenz regelt sich allmählig.

6) Dyscrasien. Protrahirte Syphilis, selbst in den bis zur Cachexie vorgeschrittenen Fällen, wo der gesunkene Kräftefond jede eingreifende Behandlung verbietet, ferner diejenigen Fälle, wo Gefahr im Verzug ist, das ungünstige Klima der Heimath den Fortschritt der Krankheit befördern würde, erfahren unter dem wohlthätigen Einfluss der mild erregenden, gleichmässig warmen Luft eine Erhöhung ihrer Ernährung, um entweder sofort durch eine zweckmässig geleitete Inunctionskur, oder später durch eine passende Behandlung von den Resten ihrer Dyscrasie befreit zu werden. Zur Ausführung solcher specifischer Kuren wird im Ganzen ein den Erfolg wesentlich begünstigender Aufenthalt im Süden noch immer viel zu wenig benutzt.

Ferner gehören hierher die mehr torpiden Formen der Scrophulose, deren Panacee im Sommer die Soolbäder Kreuznachs gewesen sind; chronische Gicht und deren Anfangsstadium, die durch ein krankhaft afficirtes Nierenepithel producirt harnsaure Diathese, selbst Diabetes bei nicht zu tief gesunkener Ernährung. Das warme Klima Mentone's wird wo nicht Heilung, so doch

Milderung ihrer Leiden bringen, die sich in den unzuträglichen Verhältnissen der Heimath offenbar verschlimmern würden.

Vergleichende Zusammenstellung der südlichen Winteraufenthalte.

Nur zu oft hat man Veranlassung, sich zu überzeugen, dass die Klimate der südlichen Kurorte in ihrem Wirkungscharakter mit einander verwechselt werden. Aerzte, die keine Gelegenheit hatten, sich an Ort und Stelle von den klimatischen Eigenthümlichkeiten und den socialen Verhältnissen vieler als Heilstationen gerühmter Winteraufenthalte selbst zu überzeugen, sind gezwungen, ihre Kranken, im Vertrauen auf die Zuverlässigkeit der gemachten Angaben, dorthin zu senden. Eine kurze, vergleichende, aus eigener und wiederholter Anschauung gewonnene Charakteristik der besuchtesten Winteraufenthalte, besonders Italiens, dürfte nicht unerwünscht sein, und vielleicht dazu beitragen, folgenschwere Missgriffe in der Wahl derselben immer mehr zu vermeiden.

Jedes Klima ist ein Individuum an und für sich, das in allen seinen Einzelheiten genau studirt sein will. Eine an Ort und Stelle auf diese Weise erworbene wissenschaftliche Einsicht und Erfahrung kann aber nie ersetzt werden durch eigenes, meist aus oberflächlicher Lectüre gewonnenes Ermessen der Patienten selbst; auch nicht durch falsch verstandene Vorschriften heimathlicher Aerzte oder Rathschläge ähnlich Leidender. Statt genau Diät und tägliches Verhalten ärztlich bestimmen und leiten zu lassen,

geben sich solche Kranke dann oft allen Einflüssen des Klimas unvorsichtig oder in übertriebenem Maasse hin, leben mehr ihrem Vergnügen, als ihrer Gesundheit, reisen von einem Orte zum andern, um Wechsel und Zertreuung zu suchen, und begehen Fehler auf Fehler, deren schliessliche Folgen ihnen leider nur zu verderblich werden. Statt gebessert, kehren sie dann oft verschlimmert in die Heimath zurück, statt ihrem Leichtsinn und ihrer Selbstüberschätzung die Schuld zuzuschreiben, klagen sie das Klima an, das sie in ihren Erwartungen getäuscht habe. Die klimatischen Agentien unterliegen aber ebenso bestimmten therapeutischen Indicationen, wie jedes andere Heilmittel, ihre Anwendung verlangt daher in jedem einzelnen Falle eine durch wissenschaftliche Einsicht und ärztliche Erfahrung gewonnene Uebung.

Nach den bereits gemachten klimatologischen Beobachtungen und den erlangten Kenntnissen, kann man zwei Hauptkategorien von Klimaten aufstellen, welche in ihrem Einfluss auf den menschlichen Organismus und dessen pathologische Vorgänge, den beiden Hauptcharakteren derselben, dem der Reizung und der Erschlaffung, entsprechen. Zwischen diesen beiden grossen Gruppen der Klimate stehen einzelne Orte in der Mitte, die man insofern als neutrale bezeichnen kann, als sie einem mittleren Stand der Reizbarkeit oder Relaxation conveniren.

Die erste Gruppe der Klimate, charakterisirt durch grössere Trockenheit und Veränderlichkeit ihrer reinen und sonnenhellen Atmosphäre, mit mehr oder minder hoher Temperatur, meistens aber durch heftigere, trockene Luftströmungen bewegt, stellt die stimulirenden, erregend

und tonisirend wirkenden Klimate dar. Zu ihr gehören die Kurorte Südfrankreichs und der Riviera (Hyères, Cannes, Nizza), in Italien Florenz und Neapel; ferner Algier und Caïro.

Mentone, San Remo und Palermo nehmen die bezeichneten Mittelstellungen ein.

Die zweite Gruppe stellt die feuchtwarmen, sedativen Klimate dar, die beruhigend und in höherem Grade selbst erschlaffend wirken. Sie ist gekennzeichnet durch einen mehr oder minder grossen Feuchtigkeitsgehalt der Luft, mehr oder minder hohe, meist sehr gleichmässige, selten von heftigeren Winden gestörte Temperatur-Verhältnisse. Zu ihr gehört: Pau, Venedig, Pisa, Rom und Madeira, welches letztere durch seine höhere Temperatur bei grossem Feuchtigkeitsgehalt vorzugsweise als erschlaffend bezeichnet wird.

Während die erste Gruppe sich für torpide, lymphatische und anämische Constitutionen eignet und Krankheitszuständen entspricht, die einen retardirten Stoffwechsel und einen mehr chronischen Verlauf zeigen, für chronische Katarrhe, Relaxationen der Schleimhäute mit reichlichem Secret ohne Fieber, ohne erhöhte Reizbarkeit, so findet dagegen die zweite Kategorie ihre Indication bei sehr reizbaren Individuen mit gestörter Blutcirculation, fieberhaften Zuständen, Neigung zu Congestionen, Blutungen und Entzündungen innerer Organe, Schleimhautleiden mit erhöhter Reizbarkeit, spärlicher Secretion, Tuberculose mit profuseren Blutungen und vorgeschrittener Entwicklung.

Die Zeit ist glücklicherweise vorüber, wo man selbst

Brustkranke in das, von den trockenen Mistralwinden, der Geisel der Provence, gepeitschte südliche Frankreich schickte; der Ruf seiner sogenannten Kurorte ist noch früher verblichen, als der Glanz der medicinischen Fakultät von Montpellier, die die nächste Veranlassung dazu gewesen sein soll! Wenn, in dieser veralteten Tradition befangen, man auch heute noch hin und wieder Kranke dorthin schickt, so sind dies selten Schwerleidende.

1) Hyères, am südlichen Abhang eines Berges, nicht unmittelbar am Meere gelegen und deshalb den erregenden Einflüssen desselben mehr entzogen, hat trotz seiner südlichen Vegetation doch von den Kältewirkungen des mittleren Westeuropas zu unmittelbar zu leiden und ist den Nordost- und Nordwestwinden zu sehr geöffnet. Es gehört zu den mehr nördlichen Klimaten des Mittelmeeres und bildet nur den Uebergang zu Cannes und Nizza.

2) Cannes. Obgleich durch eine ungemein reiche, durch Fülle und Ueppigkeit die von Nizza übertreffende Vegetation sich auszeichnend und durch den Schutz der Esterellegebirge dem verderblichen Einfluss der trockenen Mistralwinde mehr als jenes entzogen, hat Cannes eine gegen Nordosten, Osten und Südosten zu weit geöffnete Lage und ist dadurch dem Einfluss dieser Winde zu unmittelbar preisgegeben. Seine offene Lage am Meere bedingt zu grossen Wechsel in der Temperatur, der besonders für Brustleidende zu heftig und zu erregend wirkt. Sein Klima eignet sich daher mehr für schlaffe, entnervte, blutarme Constitutionen, allgemeine Schwächezustände, Reconvalescenten von schweren Krankheiten und Dyscrasien mit dem Charakter der Torpidität, wie Gicht und

Scrophulose. Für Brustkranke dürfte höchstens das etwa eine Stunde vom Meer entfernte Dorf C a n n e t, in reizender und mehr geschützter Lage, einen erträglichen Aufenthalt gewähren, jedoch auch nur im Beginn ihres Leidens und bei nicht erhöhter Reizbarkeit zusagend sein. Im Uebrigen ist Cannes ein angenehmer, durch allen städtischen Comfort und landschaftliche Schönheiten begünstigter Winteraufenthalt, der besonders in letzter Zeit durch elegante Bauten aller Art, reiche Villen, Hôtels und Casinos sehr in Aufnahme gekommen ist und grösstentheils von Engländern und Franzosen besucht wird.

3) N i z z a. Wer kennt es nicht, das vielgepriesene, das vielgeschmähte, das immer noch besser zu sein behauptet, als sein Ruf; das sich besonders in neuester Zeit immer glänzender entwickelt hat und mit seinen verlockenden Reizen ein grosses winterliches Baden-Baden, der Sammelplatz der eleganten Welt aller Nationen geworden ist! Immer wird es auch seinen Ruf behalten, nicht nur als comfortabler Winteraufenthalt durch die Schönheit seiner Umgebungen und seine moderne Eleganz, sondern auch durch die belebende Kraft seines für Schwächezustände, dyscrasische Leiden, wie chronische Gicht, torpide Scrophulose, veraltete Katarrhe, Blutarmuth und ähnliche Zustände, bewährten Klimas. Es ist das Paradies der Kinder und Greise! Die vorherrschende Milde seiner Winter, die reine, anregende Atmosphäre, die mächtige Sonnenhelle und die grosse Anzahl heiterer Tage, die einen beständigen, wenig unterbrochenen Aufenthalt im Freien gestatten, sichern ihm als blutverbesserndes, tonisches Mittel, das mit Vorsicht als Propy-

lacticum selbst bei beginnender Tuberculose gebraucht werden kann, besonders wo dieselbe sich erst als allgemeine Disposition und hereditäre Anlage ausspricht, einen genügenden Wirkungskreis. Für wirklich Tuberculose ist es jedoch durchaus kein Aufenthalt und entschieden verderblich. Die ungemein erregende Beschaffenheit seines Klimas ist allen, mit grosser Reizbarkeit und Neigung zu Entzündungen Behafteten gefährlich. Obgleich seine mittlere Wintertemperatur Morgens $+9$, Mittags $+14$ und Abends $+10$ ist, und das Thermometer nur einige Male, im Januar und Februar, Nachts unter Null fällt, so ist doch auch in den weniger kalten Monaten die Luft beständig von heftigeren Windströmungen bewegt und so trocken und veränderlich, dass Brustkranke und Personen, die katarrhalischen Leiden der Respirations-Schleimhaut mit erhöhter Reizbarkeit unterworfen sind, besonders wenn Wind und Staub noch hinzutreten, die höchst stimulirende Wirkung dieses Klimas nicht vertragen können. Im März steigern sich letztere Uebelstände, besonders der Staub, selbst für Gesunde bis zum Unerträglichen, und Leidende sind wegen der dann eintretenden, heftigen Temperatursprünge und der oft orkanartig wehenden Mistralwinde gezwungen, Nizza um diese Zeit zu verlassen. Selbst durch das Wohnen in der Campagne, entfernter vom Meere, entgeht man diesen schädlichen Einflüssen nicht gänzlich, wenn sie sich dort auch weniger fühlbar machen. Carabacel, Route Barthélémy, Brancolar und Cimiez haben das wärmste und gleichmässigste Klima in Nizza, aber die Trockenheit, der Wind und Staub sind auch hier noch

sehr bemerkbar. Eine excessive Dunstarmuth der Luft zeichnet überhaupt Nizza vor allen anderen Orten der Riviera und Italiens aus, und es wird hierin nur von Caïro übertroffen. Die heftige, besonders für Kranke so empfindliche Ventilation wird hauptsächlich durch das weite, trockene Flussbett des Paillon unterhalten, der einen grossen Durchbruch in die nördliche Bergkette macht und so allen von dorthier hineindringenden kalten Strömungen als beständiger Zugkanal dient, so dass er nicht nur seiner nächsten Umgebung stets eine, mehrere Grade niedrigere Temperatur mittheilt, sondern auch für die benachbarten Bezirke erkältend wirkt. Von der nordwestlichen Seite ist Nizza den Mistralwinden preisgegeben, weil die Bergreihen dort zu niedrig und zu entfernt sind, um das weit ausgedehnte Bassin genügend schützen zu können.

4) Florenz ist kein Aufenthalt für Kranke, nicht einmal für Reconvalescenten; alle Extreme eines Continentalclimas, alle Uebelstände einer grossen, den Zerstreuungen dienenden Stadt machen sich dort geltend. Die Zahl der Regentage ist ebenfalls beträchtlich. Die Nähe der Gebirge bringt häufige doppelte Niederschläge in Form von Hagel und Schnee zu Wege.

5) Neapel ist ebenfalls trotz der Reize seines Golfs und des Zaubers seiner Umgebung kein Aufenthalt für Leidende. Die Apeninnenkette ist zu niedrig, um die nordöstlichen, kalten Winde abzuhalten, daher sehr plötzlich eintretende Temperatursprünge. Auch der Mistral weht häufig, und wenn der mit Feuchtigkeit überladene Südost (Scirocco) mit seiner erschlaffenden Wärme diesem rasch

folgt, so leiden besonders nervenschwache Patienten dabei ungemein. Dazu kommt, dass bei dem gänzlichen Mangel an Landhäusern und Etablissements zur Aufnahme für Patienten in der nächsten Umgebung diese gezwungen sind, in der grossen, lärmenden, schlecht ventilirten und kanalisirten, daher allen Einflüssen einer verdorbenen Luft ausgesetzten Stadt zu wohnen. Die Folgen dieser Uebelstände, Dysenterien und Typhen, sind daher fast endemisch und bedrohen beständig auch den gesunden Fremden. Die Zahl der Regentage ist ebenfalls sehr beträchtlich (97 mit 775 m. m. Regenmenge auf das Jahr). Auch Schneefälle sind in Neapel nichts Seltenes.

6) Algier, das in neuerer Zeit, besonders von französischen Aerzten, häufig als Winteraufenthalt empfohlen und benutzt worden ist, leidet an denselben endemischen Krankheiten, wozu noch eine sehr perniciöse Malaria kommt. Bei aller Höhe der Temperatur ist dieselbe viel zu starken Sprüngen unterworfen, und Staub und heftige Winde machen sich dort noch viel empfindlicher geltend, als an der Riviera; selbst Schneefälle kommen im Winter vor, Umstände, welche es wenigstens für Brustkranke nicht als empfehlenswerthen Winteraufenthalt erscheinen lassen und deutsche Aerzte veranlasst haben, von Sendungen Kranker dorthin, weil sie meist mit getäuschten Erwartungen zurückkehrten, immer mehr abzustehen.

Die zweite Gruppe, die sedativen Klimate, beginnen im Norden Italiens mit Venedig.

1) Wenn Venedig im Verhältnisse zu den übrigen Städten Oberitaliens sich eines gleichmässigeren, mildereren Klimas erfreut, ja selbst weniger als Neapel von heftigen

Temperatursprüngen zu leiden hat, so ist sein Winterklima doch ein viel zu kaltes (es hat nur die Temperatur von Paris, 3° R.) und wird durch die Insellage und die dadurch bedingte grosse Feuchtigkeit zu einem nasskalten. Es kann deshalb am wenigsten Brustkranken empfohlen werden. Wenn dabei noch heftige Winde über das adriatische Meer wehen und das Thermometer 6 bis 8° unter Null sinkt, so leiden selbst Gesunde; Kranken aber wird eine solche Witterung geradezu gefährlich. Dazu kommt, dass die meisten Wohnungen, trotz ihrer grossartigen Aussenseite, im Innern wenig behaglich und oft feucht sind; die wenigen guten, an der Riva dei Schiavoni gelegenen sind sehr theuer. Der Mangel an passenden Promenaden, die sich fast nur auf den Marcusplatz und dessen zugige Colonnaden beschränken, gehört auch nicht zu den gesundheitsbefördernden Eigenschaften eines Winteraufenthalts. Man ist auf Gondelfahrten und das Umhergehen in den schmalen, labyrinthischen Gässchen angewiesen, deren Luft, wie überall in der gerühmten Lagunenstadt, nicht die beste ist, und so viel man auch von deren angeblichem Jod- und Bromgehalt noch immer fabelt (womit es ungefähr dieselbe Bewandtniss hat, wie mit der in den Soolbädern noch immer empfohlenen Salinenluft), so wird man sich bald überzeugen, dass andere, weniger specifische Effluvien dabei die Hauptrolle spielen.

2) Pisa liegt, 5 Meilen vom Meere entfernt, gegen Norden und Nordosten durch die pisanischen Berge, Ausläufer der Apeninnenkette, gegen diese Winde geschützt, am Arno und hat seit alten Zeiten besonders als Winteraufenthalt für Brustleidende unter den seda-

tiven Klimaten einen Ruf. Im Ganzen ist sein Klima auch ein mildes und jedenfalls gesunderes wie das von Rom. Seine mittlere Wintertemperatur beträgt 7° R.; doch kommen auch kalte Winter vor, wo unter andauerndem Schneefall das Thermometer 4 bis 5° unter Null sinkt. Da die Ebene von Pisa sich nach der Meeresseite zu öffnet, so bringen die im Winter vorherrschenden Südwinde zu viel Feuchtigkeit und Regen (Pisa hat 122 Regentage), wodurch die Kranken gezwungen werden, oft Tage lang in ihren Wohnungen zu bleiben. Die traurige Stimmung derselben wird dadurch noch mehr niedergedrückt, doppelt trostlos in einem, durch sein verödetes, melancholisches Ansehen an und für sich schon so wenig erheiternden Orte. Denn ganz Pisa ist ein grosses Campo Santo mit einer unheimlichen Stille und Oede auf den grasbewachsenen Plätzen und Gassen; überall bietet es Bilder des Verfalls und trauriger Eintönigkeit, die durch das trübe Aussehen des schmutziggelben, langsam dahinfließenden Arno noch vermehrt werden! Die an demselben gelegenen Wohnungen sind zwar warm und sonnig (wenn auch theuer), aber die Kranken sind auch lediglich auf diese einzige, kurze Promenade am Lungarno beschränkt und verlieren in dieser freudelosen Existenz, im ausschliesslichen Umgange mit gleichgesinnten Leidenden, oft den letzten Hoffnungsschimmer. Die vielleicht zu relaxirende Wirkung des Klimas stimmt dann alle Lebensthätigkeiten, besonders die Energie der Verdauung und Ernährung, so tief herunter, dass die allgemeine Schwäche vermehrt und der lethale Ausgang durch die geistige Niedergeschlagenheit beschleunigt wird.

3) Was Pisa in dieser Beziehung zu wenig hat, bietet Rom für Leidende leider zuviel. Immer wird Rom für jeden denkenden Menschen mit seinen historischen und artistischen Erinnerungen und Schätzen einen unwiderstehlichen Zauber ausüben. Leider aber vertragen sich solche Bestrebungen meistens schlecht mit den Rücksichten für die Gesundheit, und die unausbleiblichen Besuche der vielen kalten Kirchen, Museen und Galerien verderben gar häufig in Rom das, was an anderen Heilstationen gewonnen worden war. Denn immer noch besteht die leidige Sitte, am Schluss eines Winteraufenthalts einen Ausflug in die ewige Stadt zu machen, um alle Fatiguen der heil. Woche und gelegentlich noch alle Gefahren des Carnevals durchzumachen. Aber selbst die sonstigen hygienischen und klimatologischen Verhältnisse lassen es unbegreiflich finden, wie auch Aerzte Rom als Aufenthalt für Leidende empfehlen können. Eine schlechter gereinigte, ungesündere Stadt, wo der Schmutz buchstäblich zu Bergen heranwächst, Koth und faulender Unrath nicht nur auf den Strassen lagert, sondern selbst in die Flure der äusserlich anständigeren Häuser dringt, wo Ventilation und Kanalisation, trotz des herrlichsten Wasserreichthums, unbekannte Begriffe sind, wo also das nothwendigste aller Gesundheitselemente, frische, reine Luft, überall fehlt, kann kaum gedacht werden. Typhus, Dyphteritis, Dysenterie, gastrische Fieber und Malaria herrschen daher fast das ganze Jahr. Bei der Weichheit des Klimas, besonders wenn der für Leidende oft unerträgliche Scirocco herrscht, führt der geringste Diätfehler zu gastrischen Störungen, Magen- und Darmkatarrhen. Die oft unmittelbar darauf herein-

brechende Tramontana (Nordwind), bringt bei hellem, reinem Himmel und scharfem, schneidendem Winde, oft sehr heftige Temperatursprünge und winterliche Kälte, und mit ihr alle möglichen katarrhalischen Leiden und Entzündungen. Nordische Künstler haben den erstaunten Römern auf den festgefrorenen Teichen der Villa Borghese schon das ungewohnte Schauspiel des Schlittschuhlaufens gewährt! Ausserdem regnet es in Rom sehr viel, oft Wochen lang, wodurch der erschlaffende und niederdrückende Einfluss des weichen Klimas, besonders auf blutleere und torpide Constitutionen noch vermehrt wird. Die jährliche Zahl der Regentage beträgt 114. Rom ist wärmer als Pisa und weniger feucht als dieses, im Winter weniger warm als die Riviera und feuchter als diese. Ein grosser Uebelstand in Rom ist auch der, dass die wenigen, in gesunden Theilen der Stadt gelegenen Wohnungen am Monte Pincio und Piazza di Spagna gross und sehr theuer sind und dass es vor den Thoren vollständig an für Kranke geeigneten Etablissements fehlt. Man ist, um wenigstens auf einige Stunden frische Luft zu geniessen, stets gezwungen, einen Wagen zu nehmen, um ins Freie zu gelangen, was den an und für sich schon theuren Aufenthalt noch mehr vertheuert. Man kann daher Rom weder als Winterstation, noch als vorübergehenden Aufenthalt empfehlen. Zu ersterem fehlen ihm nicht nur alle hygienischen, sondern auch die klimatischen Bedingungen. Bei aller gepriesenen Weichheit und Milde seiner Luft, bei einer Wintertemperatur von 8° R. fehlt ihm für Kranke mit gereizten Respirationsorganen die Hauptsache: die Gleichmässigkeit des Klimas, eine weder von zu

starken Temperatursprüngen, noch von zu heftigen Winden alterirte Atmosphäre. Beides ist in Rom so häufig, dass selbst Gesunde darunter leiden, und wer die Stadt kennt und längere Zeit darin gelebt hat, wird es unbegreiflich finden, wie Aerzte sie sogar Tuberculösen als Heilstation anrathen konnten. Als vorübergehender Aufenthalt im Frühjahr ist Rom erträglicher, aber deshalb nicht empfehlenswerth, weil die Reise dorthin schon angreifend ist, und Kranke durch die Masse der ihnen neuen Sehenswürdigkeiten und Kunstschatze allen Gefahren der Uebermüdung und in den, gerade in dieser Zeit eiskalten Kirchen und Gallerien unausbleiblichen Erkältungen ausgesetzt sind, so dass oft Alles, was ein ruhiger Winteraufenthalt Heilsames geschaffen hatte, hier von Neuem in Frage gestellt wird.

4) Palermo. Der klimatische Charakter Palermos schliesst sich als mehr neutrales Klima der Gruppe der sedativen Heilstationen an, wie Mentone (und ihm zunächst San Remo) zu den erregenden Klimaten eine Mittelstellung einnimmt. Palermo ist feuchter als Mentone; es regnet dort viel mehr und viel häufiger als an der ganzen Riviera, 106 Regentage mit 589 m. m. Regenmenge, davon 41 Regentage auf den Winter, 29 auf den Frühling, 26 auf den Herbst und 10 auf den Sommer. Der Regen fällt meist in den Nachmittagsstunden; die Verdunstung ist dabei eine ziemlich rasche, ohne die Temperatur merklich abzukühlen. Der Charakter der Luft ist deshalb ein mässig feuchtwarmer, jedoch nicht in der erschlaffenden, die Verdauung retardirenden Weise wie der von Madeira, Pisa und selbst von Pau. Obgleich Palermo gegen die Nordwinde nicht genügend geschützt

und im Frühling von heftigen Windströmungen, sowie von nasskalter Witterung nicht frei ist, so stellt sich seine Temperatur im Ganzen doch als eine sehr gleichmässige dar. Die Durchschnittswärme des Winters beträgt $9\frac{1}{5}$, die des Frühlings 12, des Herbstes $15\frac{1}{2}$ und die des Sommers $19\frac{1}{2}$.

Palermo repräsentirt also in sehr günstiger Weise den Charakter eines warmen Strandklimas, und es ist keinem Zweifel unterworfen, dass, wenn die Verbindungswege dorthin zur Erleichterung der weiten Reise mehr vervollständigt sein werden, seine Bedeutung als klimatischer Winteraufenthalt steigen und der Besuch der Fremden stärker werden wird als gegenwärtig, wo das sociale Leben und die politischen Verhältnisse noch sehr viel zu wünschen übrig lassen. Abgesehen von der beständigen Gefährdung der persönlichen Sicherheit ausserhalb der Stadt, gibt es dort auch noch gar keine zu Wohnungen für Fremde, zumal für Leidende, eingerichtete Etablissements. Dieselben sind lediglich auf das bekannte Hôtel Trinacria, das ebenfalls sehr empfehlenswerthe Hôtel de France und St. Olivio angewiesen. Die Wohnungen in der Stadt entbehren jeden Comforts, überall kalte, steinerne Fussböden, schlecht schliessende Thüren und Fenster, keine Vorrichtungen zur Erwärmung, die doch auch in Palermo, wo es den letzten Winter wiederholentlich geschneit hat, an schlechten Tagen nicht zu entbehren sind.

In Palermo werden solche Kranke einen passenden Winteraufenthalt finden, denen Madeira zu erschlaffend ist, denen jedoch ein mehr feuchtes, weiches Klima zugesagt, also Kranke mit katarrhalischen Affectionen der Respirations-Schleimhaut, mit hyperämischen Zuständen und

erhöhter Reizbarkeit; Katarrhe des Kehlkopfs und der Bronchien mit geringer Schleimabsonderung, erethische Tuberculose in nicht zu weit vorgerückten Stadien, ohne dass der Charakter allgemeiner Relaxation dabei vorherrschend ist.

5) San Remo. Dieses kleine, 5 Stunden östlich von Mentone in reizender Umgebung am Meere gelegene italienische Städtchen schliesst sich der Gruppe der erregenden Klimate an, nimmt jedoch wie Mentone zu diesen, und wie Palermo zu den sedativen Klimaten eine Art neutraler Mittelstellung ein.

Die an einem Hügel amphitheatralisch hinaufgebaute Stadt mit mehr oder minder engen und schattigen Strassen bietet für Patienten sehr wenig passende Wohnungen. Man hat daher in neuerer Zeit zur Aufnahme von Fremden mehrere grössere Gasthöfe und Villen am Meere entlang gebaut, die deshalb aber auch dem Winde und dem Staub der Landstrasse mehr ausgesetzt sind. San Remo's Lage ist überhaupt nicht so geschützt wie die Mentone's; die hinterwärts gelegenen Bergreihen sind nicht so hoch und nahe gerückt als dort, um den vor ihnen gelegenen Bezirk vollständig gegen die kälteren Windströmungen abzuschliessen; die nächsten Hügelreihen sind ebenfalls durch mehrfache Thaleinschnitte und Flussbette durchbrochen. Die östliche Seite ist durch das Cap Verde nicht genügend gedeckt und daher häufig dem Ostwinde ausgesetzt; auch die westliche Seite ist ziemlich offen. Die Temperatur ist dieselbe wie in Mentone, und wie die reiche, immergrüne Vegetation, die der Mentone's nicht nachsteht, bekundet, hat das Klima San Remo's mit jenem

die meiste Aehnlichkeit. Bis jetzt jedoch sind alle socialen Einrichtungen noch sehr primitiv; das Leben hat noch ganz den specifischen Charakter kleiner italienischer Städte, und der Fremde muss, ausser in den, nach englischer Art eingerichteten drei grösseren Hôtels, auf feineren Comfort und gesellige Unterhaltung verzichten. Die schönen, reich geschmückten Umgebungen bieten angenehme Spaziergänge, doch nicht in der Bequemlichkeit und Mannigfaltigkeit wie in Mentone. Die Gleichmässigkeit und Milde des Klimas sichern aber ohne Zweifel San Remo als Heilstation noch eine weitere Entwicklung und bedeutendere Zukunft. Gegenwärtig ist es fast nur von Engländern als Winteraufenthalt benutzt worden, und unter fast 30 englischen Familien befand sich nur eine deutsche im letzten Winter dort.

Hygienische Rathschläge.

Reise nach dem Süden. Aufenthalt und Rückreise.

Nachdem die grossen Verkehrsstrassen nach dem Süden fast alle vollendet sind, und man sowohl über Paris als über Genf und Lyon auf der Eisenbahn direct bis Nizza gehen kann, seitdem man nicht mehr nöthig hat, die oft schon Ende September beschneiten Alpenpässe zu passieren, um in den Süden zu gelangen, so kann man gegenwärtig die Reise dorthin bedeutend später antreten. Da der Monat September und die erste Hälfte des October oft noch sehr heiss in Mentone sind, so ist es genügend, wenn der Kurgast dort in der Mitte und zweiten Hälfte

Octobers eintrifft. Der Reisende kann von Frankfurt aus über Strassburg, Dijon, Lyon, Marseille, oder über Basel, Genf, Lyon etc. auf dem kürzesten Wege nach Nizza gelangen. Der Weg über Paris ist etwas weiter und kostspieliger, doch correspondiren die Anschlüsse rascher; man fährt von Paris nach Nizza in 24 Stunden. Die Reise von Frankfurt nach Nizza über Dijon oder Genf kostet ungefähr 140 Frs.; das erste Nachtquartier wäre in Mülhausen, das zweite in Lyon zu nehmen und man träfe dann am dritten Abend bereits in Nizza ein. Den Weg von Nizza nach Mentone legt man mit der Messagerie Impériale für 4 Frs. in 3 Stunden auf der herrlichsten Strasse der Welt zurück; ein eigener Wagen wird in der Regel mit 30 Frs. bezahlt.

Was den Aufenthalt in Mentone betrifft, so ist derselbe nicht theurer als an allen anderen Orten Mitteleuropas. Die zahlreichen, guten Gasthöfe gewähren einzelnen Personen für einen mässigen Pensionspreis gute und freundliche Aufnahme und die Verpflegung in denselben ist besser, als in den meisten deutschen und schweizerischen Hôtels dieser Art. So zahlt man z. B. in dem sehr comfortabel eingerichteten, meist von Deutschen bewohnten Hôtel de la Grande Bretagne für ein gutes Zimmer nebst Bedienung, Frühstück, Déjeuner à la fourchette und Diner, inclusive Wein, etwa 8 Frs. täglich. Grössere Familien finden möblirte Privatwohnungen und Villen in reicher Auswahl (am besten durch Vermittlung des englischen Agenten, Herrn Th. Willoughby in Mentone) zu den verschiedensten Preisen, von 1000 bis 5000 Frs. für die ganze Saison, welche man vom 1. October bis 1. Mai rechnet.

Für schwerere Erkrankungen und erbliche Anlage ist der Aufenthalt während eines Winters im Süden ungenügend und zwecklos. Nur längeres und wiederholtes Verweilen kann die Fortschritte der beginnenden Krankheit hemmen, die ererbte Disposition heilen. Letzteres gilt besonders für Kinder mit solchen Krankheitsanlagen, die nur durch wiederholte heilsame Luftveränderung über die gefährliche Periode hinausgeführt werden können. Zu diesem Zwecke und um zugleich den nöthigen Unterricht nicht zu versäumen, ist unter der Leitung zweier deutscher Damen in Mentone ein Erziehungs- und Pflegeinstitut für junge Mädchen errichtet worden; für Knaben besteht ein gleiches Unterrichtspensionat des Herrn Dr. phil. Müller.

Die Rückreise aus dem Süden kann in der Regel im Mai angetreten werden, doch sollen Schwerleidende nicht in zu raschem Uebergange in die kälteren, nordischen Gegenden Mitteldeutschlands zurückkehren. Als geeignete Zwischenstationen kann man die lieblichen Plätze an den Ufern des Genfersees, nur nicht Genf selbst, wählen. Später gehe man dann in die schweizerischen oder mitteldeutschen Kurorte; S o d e n und E m s sind zu diesem Zweck, besonders für Frühling und Herbst, zu empfehlen, Baden-Baden und Badenweiler sind mehr für den Sommer vortreffliche Luftkurorte. Patienten, welche nicht nach Norden reisen, sondern den Sommer mehr in der Nähe von Mentone zubringen wollen, finden in der grossen Chartreuse bei Coni, ferner in St. Dalmas, Boléna und in den herrlichen Gebirgstälern der piemontesischen Alpen bei Pignerol, Aosta, an der Südseite

des St. Bernhard, in den höheren Lagen der Schweiz, besonders im Wallis, überall herrliche, hochgelegene, gut geschützte Bergthäler und gesundheitsgemässe Zufluchtsorte gegen die grosse Sommerhitze, mit guten Pensionsanstalten zu mässigen Preisen.

W o h n u n g e n.

Die Wahl einer passenden, gesundheitsgemässen Wohnung ist für jeden Leidenden, der den Winter im Süden zubringt, eine Frage von grosser Wichtigkeit. Da er fast den dritten Theil seines Tages im Zimmer zubringt, so hängt von der Beschaffenheit und Lage derselben sein körperliches Befinden wesentlich ab. Scheinbar unbedeutende Fehler bei der Wahl der Wohnung, die von dem unerfahrenen Fremden leicht übersehen werden, dürften nicht nur die Gemüthsstimmung, sondern auch die Gesundheit leicht so beeinflussen, dass der ganze Erfolg der Kur dadurch beeinträchtigt werden kann. Die Bestimmung der Lage, ob der Kranke seine Wohnung mehr oder minder nah am Meere, ob in der östlichen oder westlichen Bucht nehmen soll, muss der Entscheidung des Arztes überlassen bleiben. Da die meisten grösseren Wohnungen auf die ganze Saison vermiethet werden, so ist Vorsicht vor Abschluss des Contractes doppelt nöthig.

Das erste Erforderniss einer guten Wohnung ist eine sonnige, dem Mittag zugewendete Lage; die Richtung etwas mehr gegen Morgen ist der mehr westlichen vorzuziehen, weil es dem Patienten zuträglicher ist, gleich beim Verlassen des Bettes in ein von den belebenden Strahlen der Sonne erwärmtes Zimmer zu treten. Besonders

müssen die Schlafzimmer trocken, geräumig und sonnig sein, um die des Tags über empfangene Wärme in der Nacht beizubehalten. Den Tag über müssen sie gehörig ventilirt werden, des Nachts aber selbst im Krankenzimmer die Fenster offen zu lassen, ist jedenfalls eine Uebertreibung einer an und für sich guten Sache, wenn sie auch von englischen Aerzten gegenwärtig sehr befürwortet wird. Da die Temperatur in der Nacht oft auf 3 bis 4°, ja selbst auf 1½° heruntergeht, so dürften Deutsche und andere, in dieser Beziehung weniger abgehärtete Nationen als die Engländer, sich schwerlich zu dieser Maassregel entschliessen, die für Kranke gewiss sehr gefährlich werden kann. Für diese ist die Anschaffung eines Ofens für die kühleren und regnerischen Tage, sowie für die Abendzeit durchaus erforderlich. Die gewöhnlichen, landesgebräuchlichen Kamine sind zwar, wenn sie nicht rauchen, sehr gute Ventilatoren zur Lüfterneuerung und ein Kaminfeuer sieht sehr comfortabel aus, aber es gibt dem Zimmer nie eine gleichmässige und selten eine höhere Temperatur als 10 bis 12° R., so dass, während man sich in der Nähe des Kamins erhitzt, man sich in dem hinteren Raume des Zimmers erkältet. Sogenannte Marseiller Oefen von gebranntem Thon oder Fayence (eiserne Oefen erhitzen zu sehr durch strahlende Wärme), die sich mit wenig trockenem Olivenholz gut und gleichmässig heizen lassen, geben dem Zimmer eine angenehme und der Gesundheit viel zuträglichere Wärme. Der Nordländer besonders, durch die sorgsamten Vorrichtungen in seiner Heimath verwöhnt, leidet unter der halben Kälte eines trüben Wintertages im Süden oft mehr, als unter dem strengen Froste des nor-

dischen Vaterlandes. Obgleich man angefangen hat, in Mentone hölzerne Fussböden in einigen Häusern zu legen, so ist diese löbliche Einrichtung doch noch nicht allgemein genug, und da die Kälte der steinernen Fussböden sich trotz der Strohlage und der darüber gespannten Teppiche für Leidende doch zuweilen fühlbar macht, so ist es für diese rathsam, sich mit warmen Hausschuhen zu versehen. Schwächliche, blutleere und daher leicht frierende Personen können sich in der Nacht, besonders wenn sie nicht daran gewöhnt sind, durch die gebräuchlichen, mangelhaft anschliessenden wollenen Decken nicht genügend erwärmen; sie werden daher gut thun, sich ein leichtes Eiderdunenkissen zur Bedeckung der Füsse mitzubringen.

K l e i d u n g.

Der Fremde thut immer am besten, die Sitten und Gewohnheiten der Einheimischen soviel als thunlich nachzuahmen. Kein Irrthum ist verbreiteter, aber auch gefährlicher, als anzunehmen, man könne sich im Süden leicht oder gar sommerlich kleiden. Auch hier gibt es kühle, trübe Tage, an denen man den Mangel warmer Kleidung ebenso empfindet, als in der Heimath. Die Kleidung sei daher, ohne schwer zu sein, genügend dicht, von leichterem, wollenen Herbst- oder Winterstoff. Für die Abendstunden ist selbst ein starker Winterrock oft sehr angenehm. Eng anschliessende Ueberzieher sind nicht empfehlenswerth, weil man beim Gehen in der Sonne sich zu leicht darin erhitzt und sich beim raschen Uebergang in den Schatten dann erkälten kann. Ein mantelartiger Ueberwurf, wie er durch die Landessitte erprobt ist, oder ein

leichter Plaid sind vorzuziehen. Das Tragen von wollenen oder wenigstens baumwollenen Hemden empfiehlt sich fast als nothwendig in einem Klima, wo der Unterschied zwischen Sonnen- und Schattenwärme oft 20° R. beträgt und die Haut durch den beständigen Einfluss der Sonne sich stets in erhöhter Thätigkeit befindet. Solche scheinbar kleinliche Vorsichtsmaassregeln sind dennoch für das Befinden Neuankommender wichtig; ihre Vernachlässigung kann Kranken sogar verderblich werden.

Gegen die directen, starken Sonnenstrahlen, besonders in der Mittagsstunde, schützt man sich durch helle, farbig gefütterte Sonnenschirme. Empfindliche Augen, die durch die mächtige Sonnenhelle und die starken Bodenreflexe oft sehr belästigt werden, müssen durch das Tragen dunkler Augengläser, jedoch von nicht zu tiefer Färbung, die leicht das Sehorgan bei längerem Gebrauch übermüden, geschützt werden.

Bewegung im Freien und Zerstreuungen.

Die Hauptaufgabe eines Winteraufenthalts besteht darin, dass der Patient sich möglichst viel unter dem Einfluss einer erwärmenden Sonne und einer frischen, kräftigenden Luft im Freien bewege. Das dadurch erhöhte Nahrungsbedürfniss und in Folge dessen Verbesserung der Ernährung und Blutbereitung sind die heilsamen Wirkungen einer richtigen, der Individualität des Kranken angepassten Luftveränderung. Sie werden aber nur erreicht, wenn man die durch das veränderte Regime gebotenen Agentien auf passende Weise zu benutzen versteht. Eine unverständige Anwendung derselben kann mehr Schaden

als Vorthail bringen. In keinem Punkt wird aber leichter durch ein Zuviel gesündigt, als im Genuss von Bewegung und Zerstreuung. Durch den Reiz der Neuheit in ungewohnter Umgebung verlockt, oder von der Ansicht ausgehend, dass man des Guten nicht genug thun könne, lassen sich, besonders schwächliche Kranke, nur zu oft dazu verleiten, ihre Kräfte übersteigende Promenaden zu unternehmen. Die Folge ist Uebermüdung, Appetitlosigkeit, Beeinträchtigung der Verdauung, Ermattung und Gereiztheit, kurz das Gegentheil von dem, was man erreichen wollte. Die Spaziergänge müssen daher stets dem Maass der vorhandenen Kräfte angepasst werden, wenn sie nicht schädlich wirken sollen. Bei grosser Schwäche müssen sie durch passive Bewegung im Wagen ersetzt werden. Schwerleidenden muss man den Umständen gemäss den Aufenthalt an sonnigen und geschützten Plätzen, wie einige Terrassen und Thäler in nächster Nähe sie bieten, empfehlen; die Auswahl derselben hängt von der jedesmaligen herrschenden Windrichtung ab und muss so getroffen werden, dass die Kranken derselben entgehen, wozu die Verschiedenheit der Lage und des klimatischen Charakters beider Buchten eine sehr günstige Gelegenheit bietet. Weitere Ausflüge sollen nur unter Einhaltung der dabei nöthigen Vorsichtsmaassregeln und nicht ohne ausdrückliche Genehmigung des Arztes unternommen werden, da die Erfahrung gezeigt hat, dass gerade bei solchen weiteren Parteen durch Unvorsichtigkeit schwer wieder gut zu machender Schaden angerichtet wird.

Die beste Zeit zum Aufenthalt im Freien ist von 10 Uhr Morgens bis 4 Uhr Abends. Mit Sonnenuntergang,

wo die am Tage als Dampf in der Luft schwebenden Wassertheilchen in Form eines feuchten Nebels herabfallen und die Temperatur oft plötzlich merklich heruntergeht, soll der Patient wieder in seiner Wohnung sein und um diese Zeit sich um so mehr durch wärmere Bekleidung schützen, da er durch die vorangegangene Promenade in der Sonne meistens echauffirt ist. Ob Leidende in späterer Abendstunde noch ausgehen dürfen, hängt im individuellen Fall von der Beurtheilung des Arztes ab.

Für unfreundliche und regnerische Tage und für die Abendstunden ist jeder Patient auf geistige Hülfquellen angewiesen, um sich nicht, durch Unthätigkeit und Langeweile verstimmt, auch körperlich noch unwohler zu fühlen. Personen, die an Geselligkeit im Familienkreise und geistige Unterhaltung gewöhnt sind, empfinden in der Fremde, durch ihren Zustand oft noch niedergebeugt, doppelt traurig die Abgeschiedenheit in dieser Zeit, wo sie nicht nur des tröstenden Sonnenscheins, sondern auch des gewohnten Verkehrs mit Gleichgesinnten entbehren müssen, zumal wenn diese selbst leidend, ebenfalls auf ihr Zimmer gebannt sind. Für solche Zeiten ist eine leichte, nicht angreifende geistige Beschäftigung, Lectüre und Musik, das beste Mittel, die Stunden, besonders die des Abends, angenehm auszufüllen. Da die Leihbibliotheken und Buchhandlungen bis jetzt jedoch mit deutscher Literatur nicht besonders versehen sind und der ganze geistige Verkehr mit Deutschland auf einige Zeitungen beschränkt ist, so werden deutsche Patienten gut thun, sich mit einigem geistigen Material für den Winter zu versorgen.

Wenn der Süden auch nicht frei ist von einigen schlech-

ten, trüben Tagen, so darf sich der Fremde dadurch nicht verstimmen lassen; es gibt kein ideales Klima, nicht einmal in den Tropen, und man soll nie vergessen, dass dafür im Norden wochen- und monatelang schlechtes Wetter herrscht und an den täglichen Genuss von Luft und Sonne nicht gedacht werden kann. Denn was wirkt erfrischender und erhebender auf Leib und Seele als das beständige Leben in dieser sonnigen, so lieblichen und zugleich so grossartigen Natur! Immer sieht man sie mit neuem Entzücken, diese blühenden Umgebungen, diese Hügel und Gärten, diese mächtig aufsteigenden Alpen und diese erhabene Scenerie des Meeres! Seine wechselnden Formen und Farbenspiele allein schon unterhalten; sei es, dass es sich zeige im Schmuck des Ultramarins oder des flüssigen Goldes, in der wilden Majestät des Sturmes oder im geheimnissvollen Halbdunkel lautloser Ruhe; — immer beschäftigt es den Geist, immer ist es gross und erhaben, und erweitert die Seele zur Ahnung des Grenzenlosen!



Im Verlage von Victor v. Zabern erschienen:

Die
vierte, mit einem Nachtrag vermehrte Auflage
von

Der Kreislauf des Lebens.

Physiologische Antworten auf Liebig's
Chemische Briefe

von **Jac. Moleschott.**

Preis: fl. 4. 24 kr. oder Thlr. 2. 15 Ngr.

Das Mikroskop in der Toxikologie.

Beiträge

zur mikroskopischen und mikrochemischen Diagnostik
der wichtigsten Metall- und Pflanzengifte,

für

**Gerichtsärzte, gerichtliche Chemiker und Phar-
maceuten,**

mit

einem Atlas photographirter mikroskopischer Präparate

von

Dr. A. Helwig,

prakt. Ärzte und Grossherzogl. Kreiswundärzte in Mainz.

Lexicon-Octav fl. 10. 48 kr. oder Thlr. 6.

Genzmer, W.

Mentone und die Riviera in klimatologisch-medizinischer Darstellung

Mainz 1865

M.med. 347 s

urn:nbn:de:bvb:12-bsb10286545-1